

# **KUMPULAN 50 TANYA JAWAB (9)**

## **Di Website Buddhis ‘Samaggi Phala’**

**Oleh Bhikkhu Uttamo**

Online sejak tanggal 10 Oktober 2004 s.d. tanggal 28 November 2004

01. Dari: **Jefri**, Makassar

Namo Buddhaya Bhante,

Saya mau tanya Bhante, apa sih isi dari paritta puja dan apa maknanya ?

Apa hanya dalam perayaan Trisuci Waisak saja baru dibacakan ? atau boleh pada hari Raya Buddhis lainnya ?

Bhante, boleh tidak saya dikirimkan isi dari paritta tersebut ? (dalam bahasa Pali dan Indonesia)

Jawaban:

Sebenarnya Gatha Puja yang berisikan syair persembahan untuk altar Sang Buddha dapat dibaca setiap puja bakti, bukan hanya pada perayaan tertentu saja. Gatha ini mungkin disusun oleh mereka yang mampu berbahasa Pali. Meskipun demikian, Gatha ini tidak terdapat dalam Tipitaka.

Adapun kutipan gatha dengan terjemahannya disertakan di sini agar dapat diketahui pula oleh para umat serta simpatisan Buddhis yang memerlukannya.

Semoga hal ini bermanfaat.

Salam metta,

B. Uttamo

### **Gatha Puja**

#### **Syair Persembahan**

1. Ghana sarappadittena  
Dipena tama dansina  
Tiloka-dipang sambuddhang  
Pujayami tamonudang.
2. \*)Adhivasetu no bhante  
Paniyang x) parikappitang  
Anukampang upadaya  
Patiganhatu muttamang.
3. Gandha sambhara yuttana  
Dhupenahang sughandhina  
Pujaye pujaneyyantang  
Puja bhajana muttamang.
4. Vanna gandha gunopetang

Etang kusuma santating  
Pujayami munindassa  
Siripada saroruhe.

Pujemi buddhang kusumena' nena  
Punnena metena ca hotu mokkhang  
Pupphang milayati yata idamme  
Kayo tatha yati vinasabhavang.

5. Vandami cetiyang sabbang  
Sabbathanesu patitthitang  
Saririka dhatu maha bodhing  
Buddharupang sakalang sada  
Bodhisattarupang sakalang sada

6. Yassa mule nisinno ' va  
Sabbari vijayang aka  
Patto sabbannutang sattha  
Vande tang bodhi padapang.

Ime ete maha bodhi  
Lokanathena pujita  
Ahang 'pi te na massami  
Bodhiraya namatthu ' te

*Keterangan:*

\*) Kalau terdapat saji-sajian, manisan, makanan, obat, dan sebagainya, maka bait no. 2 itu diulangi.

Namun kalimat paniyang x) = air, diubah menjadi:

1. Khajjakang = manisan
2. Bhojanang = makanan
3. Besajjang = obat-obatan
4. Phalang = buah-buahan

**Terjemahan:**

**Syair Persembahan**

1. Penerangan (lilin, pelita, dsb)  
Dengan penerangan ini,  
Yang memancarkan cahaya gemerlapan,  
Menghapus keadaan suram menjadi terang, ' Ku menuju kepadaMu,  
Sang Maha Tahu, Sang Penembus Triloka, Penghapus selaput ketidak-tahuan (avidya).

2a. Air  
Duhai, Bhante Junjungan Mulia,  
Sudilah kiranya menerima persembahan air ini.

Persembahkan Bhakti yang dihaturkan dengan segala kerendahan,  
Berdasarkan Welas dan Asihmu yang dipancarkan kepada kita.

2b. Buah-buahan atau lain-lainnya

Duhai, Bhante Junjungan Mulia,  
Sudilah kiranya menerima persembahan buah-buahan ini,  
Persembahkan bhakti yang dihaturkan dengan segala kerendahan,  
Berdasarkan Welas dan Asihmu yang dipancarkan kepada kita.

3. Dupa hio, garu, cendana, dsb.

Dengan dupa ini yang baunya harum semerbak,  
Terdiri daripada perpaduan wangi-wangian khusus:  
'Ku bersujud kepada Sang Bhagava,  
Mewujudkan sembah-bhakti kepada yang patut disujudi.

4. Bunga,

Sekumpulan bunga-bunga yang segar coraknya,  
Sedap, harum-wangi dan serba terpilih,  
'Kupersembahkan bunga-bunga ini di Kaki Sang Guru,  
Yang bentuknya bagaikan Seroja Suci.

Dengan persembahan bunga-bunga ini kepada Sang Buddha 'ku bersujud.  
Semoga dengan bhakti ini tercapailah kebebasan;  
Sama halnya bunga-bunga ini yang pasti akan layu,  
Demikian juga tubuh jasmaniku yang sebenarnya juga menuju kelapukan.

5. Cetiya / altar, Maha Bodhi, Buddharupang

'Ku hormati setiap Cetiya / altar ditempat dimana saja beradanya,  
'Ku hormati relik-relik, Maha Bodhi,  
Dan semua perwujudan Sang Buddha yang dimuliakan.  
Semua bentuk perwujudan Sang Bodhisattva yang dimuliakan.

6. Duduk, merenung di dibawah pohon Bodhi,

Sang Guru menundukkan semua musuh-musuhnya (nafsu, avidya)  
Dan dicapailah kesadaran mutlak.  
Kepada pohon Bodhi yang keramat inilah 'kumuliakan.

Pohon Bodhi, Pohon kesadaran Budhi yang agung itu.

Sangatlah dihormati oleh Sang Guru Jagad.

KepadaMu 'ku pun ikut serta menjunjung tinggi,

Duhai, Pohon Bodhi yang keramat, semoga pemujaan selalu padamu!

Relik = peninggalan sisa-sisa jasmani Sang Buddha

Maha Bodhi = Pohon Bodhi yang agung

Buddharupang = Bentuk-bentuk perwujudan Sang Buddha

Bodhisattvarupang = Bentuk-bentuk perwujudan Sang Bodhisattva

---

02. Dari: **Lisa Indahwati**, Malang

Namo Buddhaya,

Bhante ada beberapa pertanyaan yang ingin saya tanyakan.

1. Setelah mengetahui hukum karma, terus terang saya semakin sering berbuat baik, namun saya kadang selalu mengharapkan bahwa perbuatan baik itu akan membuahkan karma baik untuk saya di waktu mendatang. Padahal seingat saya waktu kecil saya melakukan perbuatan baik karena memang saya ingin, nah kok semakin besar kok semakin mengharap imbalan. apakah dengan saya selalu mengharap imbalan maka perbuatan baik yang saya lakukan tidak akan menghasilkan karma baik?
  2. Bagaimana agama Buddha menghadapi feng shui dan ramalan atau gwa mia, apakah kita boleh mempercayainya?
  3. Bhante, bagaimana cara menyikapi perselingkuhan? Saya menjumpai teman saya yang berpacaran jarak jauh namun dia juga menyimpan pacar baru di sini, dan saya diharapkan tutup mulut untuk urusan tersebut. Terus terang saya agak marah, rasanya pingin nglaporin hal tersebut ke pacarnya, tapi belum saya lakukan, akhirnya saya diam'in aja dan pura2 ngga tahu. Yang saya penasaran juga, mereka adalah pasangan dari daerah "tetangga" yang sebelum pacaran telah bertanya dan berpuasa dahulu, dan karena sudah direstui oleh'Nya maka mereka jalan, tetapi kenapa sekarang teman saya menyeleweng, bukankah pacarnya itu merupakan bagian tulang rusuk'nya? jadi ngga mungkin dong kalo salah tulang rusuk lha wong uda tanya dan puasa.
  4. Bhante apakah setiap umat Buddha harus ber'atthasila? Bagaimana cara ber'atthasila yang benar bagi seorang pemula dan mempunyai penyakit maag?
  5. Bagaimana cara berdoa yang benar? Katanya tipe doa Agama Buddha bukan memintaminta untuk kepentingan pribadi tapi lebih condong mendoakan kebahagiaan orang lain. Setiap malam saya selalu ber'sabbe sattha sambil membayangkan orang - orang yang saya jumpai pada hari itu berbahagia. Namun apakah saya tidak boleh mengharapkan kebahagiaan saya sendiri? Misalnya sambil ber'sabbe sattha, saya membayangkan ujian saya dapat nilai A?
- Sekian dahulu bhante. terima kasih atas waktu Bhante membaca surat saya dan berkenan menjawabnya.

Jawaban:

1. Anumodana atas semangat Anda untuk terus mengembangkan kebajikan setelah lebih memahami pengertian dan kebenaran Hukum Kamma. Adapun mempunyai harapan agar suatu perbuatan baik dapat berbuah dalam bentuk tertentu di masa datang adalah hal yang sangat wajar. Harapan ini dapat timbul selama seseorang belum terbebas dari ketakutan, kebencian serta kegelapan batin. Secara tradisi, setelah seseorang melakukan suatu kebajikan, ia dapat mengucapkan dalam hati harapan serta keinginannya agar kebajikan yang baru saja dilakukan itu dapat berbuah dalam bentuk sesuai dengan yang diharapkan. Dipercaya dengan sering mengucapkan tekad serupa, kebahagiaan yang diharapkan sebagai 'imbalan' itu dapat diwujudkan. Padahal, kebahagiaan yang terwujud itu kadang merupakan buah kamma lain yang memang telah tiba saatnya berbuah. Jadi, kebahagiaan itu tidak selalu merupakan buah kamma langsung atau 'imbalan', seperti yang disampaikan dalam pertanyaan. Dalam pengertian Hukum Kamma segala perbuatan baik maupun buruk yang dilakukan

seseorang pasti akan memberikan akibat yang sesuai jika telah tiba waktunya. Ia pasti akan menerima buah perbuatannya walaupun ia tidak menyebutkan terlebih dahulu harapan yang dimilikinya. Namun, untuk orang yang belum mencapai kesucian, kesempatan menyatakan keinginan serta harapan yang dimilikinya adalah salah satu cara mendapatkan kepuasan batin. Kepuasan batin ini kadang diperlukan karena umat Buddha tidak pernah meminta kepada apapun maupun siapapun juga. Umat Buddha selalu berusaha mengembangkan kebajikan melalui badan, ucapan serta pikirannya agar ia mendapatkan kebahagiaan.

Perlu diingat bahwa peranan hukum kamma sangatlah besar untuk tercapainya suatu kebahagiaan. Seseorang tidak akan mendapatkan kebahagiaan walaupun telah mengucapkan tekad serta harapannya berkali-kali apabila ia tidak terlebih dahulu memperbanyak kebajikan dengan mengembangkan kerelaan, kemoralan serta konsentrasi.

2. Umat Buddha menjadi salah satu bagian masyarakat yang mempunyai berbagai tradisi dan kepercayaan. Umat Buddha selain melaksanakan Buddha Dhamma yang menunjukkan jalan mencapai kebebasan dari ketamakan, kebencian serta kegelapan batin, ia bisa dan boleh saja mengikuti tradisi serta kepercayaan setempat.

Salah satu wujud kepercayaan yang banyak dijumpai di kalangan umat Buddha adalah keberadaan ilmu fengshui dan ramalan ataupun gwamia. Kedua ilmu ini sudah cukup lama berkembang dalam masyarakat tertentu. Seorang umat Buddha mempunyai kebebasan menentukan sikap pada kedua ilmu tersebut. Ia dapat mempercayai dan mempergunakan hasil kebudayaan ini, ia pun dapat meninggalkan tradisi tersebut. Untuk menentukan sikap tersebut, seorang umat Buddha hendaknya telah mempunyai pengertian benar akan hukum perbuatan. Hukum perbuatan ini menyatakan bahwa segala perbuatan baik akan memberikan kebahagiaan. Jadi, semakin banyak seseorang mengembangkan kebajikan, semakin banyak pula ia mendapatkan kebahagiaan.

Dengan demikian, seseorang yang dinyatakan kurang baik secara ilmu fengshui atau mendapatkan ramalan yang kurang menyenangkan, sesungguhnya ia dapat memperbaiki kondisinya dengan mengembangkan banyak kebajikan melalui badan, ucapan serta pikirannya. Semakin banyak kebajikan yang dilakukannya, semakin berkurang pula penderitaan yang dirasakannya.

Sebaliknya, hasil ilmu fengshui maupun ramalan juga akan berubah lebih buruk apabila orang yang diramal itu telah melakukan banyak kejahatan.

Oleh karena itu, seorang umat Buddha bisa dan boleh saja mempercayai tradisi maupun hasil kebudayaan seperti fengshui maupun ramalan, namun janganlah mempunyai anggapan bahwa segalanya itu mutlak benar ataupun salah.

3. Berdoa agar mendapatkan bantuan spiritual dalam menentukan seseorang menjadi pacar adalah hal yang wajar dan baik, namun semua usaha itu bukanlah jaminan baginya mendapatkan pacar yang paling sesuai.

Adalah lebih baik apabila seseorang mencari pacar berdasarkan kebijaksanaan. Ia hendaknya mencari pacar karena adanya berbagai kecocokan dan kesamaan di antara mereka berdua. Semakin banyak kecocokan yang ada, semakin besar kecenderungan mereka mendapatkan kebahagiaan. Mereka berdua akan hidup berbahagia apabila mereka memiliki kecocokan keyakinan, cita-cita, semangat, kesenangan, tingkat pendidikan, ekonomi, kebudayaan serta berbagai hal lainnya.

Adapun perselingkuhan yang terjadi seperti yang disebutkan dalam pertanyaan di atas lebih sering disebabkan karena mentalitas orang yang kurang setia terhadap pasangannya. Hal ini sering terjadi pada sistem pacaran jarak jauh seperti itu. Sebagai teman hendaknya dapat menyikapi masalah ini secara bijaksana.

Pertama, teman yang berselingkuh itu harus diingatkan pada pengertian 'kalau diri sendiri tidak ingin disakiti, jangan menyakiti orang lain'. Artinya, kalau diri sendiri merasa tidak senang apabila pacarnya berselingkuh, maka ia hendaknya juga segera menghentikan perselingkuhannya.

Kedua, apabila cara pertama ini tidak berhasil menyadarkannya, carilah orang yang paling ditakuti atau didengar nasehatnya oleh teman tersebut. Mintalah orang itu menasehatinya agar segera menghentikan perilaku buruknya.

Ketiga, jika kedua cara di atas masih kurang memberikan hasil seperti yang diharapkan, maka pacar teman yang berada di tempat lain itupun boleh juga diberi sedikit informasi agar dapat mencegah hal buruk yang akan terjadi. Informasi ini harus diberikan dengan hati-hati dan bijaksana agar tidak menimbulkan permasalahan serius untuk semua pihak. Ada baiknya informasi hanya berupa peringatan, misalnya dengan mengatakan kepadanya 'cobalah lebih sering bertemu dan berkomunikasi dengan pacarmu'. Apabila akhirnya ia menemukan sendiri perselingkuhan tersebut, biarlah mereka juga yang menyelesaikannya.

Keempat, jika akhirnya perselingkuhan mereka tetap tidak terungkap, maka kewajiban sebagai teman untuk mengingatkan mereka telah dilakukan. Adapun hal-hal lain hendaknya jangan terlalu jauh mencampuri urusan pribadi mereka.

4. Atthasila atau delapan sila adalah merupakan pengembangan dari pancasila Buddhis. Atthasila berisikan latihan untuk membantu seseorang terlepas dari berbagai kemelekatan terhadap wewangian, perhiasan, hiburan serta hal-hal yang bersifat memanjakan nafsu. Salah satu latihan atthasila adalah dengan tidak makan setelah lewat tengah hari. Orang yang melaksanakan atthasila diperkenankan makan pada pagi dan siang hari saja. Sedangkan pada sore hari, ia harus berpuasa makanan. Ia hanya dapat minum teh ataupun kopi serta beberapa jenis minuman tertentu selain susu.

Seseorang yang mempunyai sakit maag juga dapat tetap melaksanakan atthasila. Jika terasa lapar, ia dapat minum teh manis. Ia bahkan dapat minum madu murni sehingga ia dapat terhindar dari sakit maag.

Latihan atthasila yang bukan merupakan keharusan ini sangat baik dijadikan tambahan latihan pengendalian diri oleh para umat Buddha di waktu yang memungkinkan.

Biasanya, pada hari seorang umat Buddha akan melaksanakan atthasila, ia membaca paritta kebaktian terlebih dahulu di pagi hari dan membaca atthasila berserta artinya.

Sejak saat itu, ia telah bertekad melaksanakan atthasila. Ada baiknya, apabila memungkinkan, ia juga dapat meminta tuntunan atthasila kepada bhikkhu yang tinggal di vihara terdekat. Apabila ia ingin menghentikan latihan atthasila, pada pagi hari ia membaca paritta kebaktian dan mengucapkan lima sila atau pancasila Buddhis. Ia juga dapat melakukannya dengan meminta tuntunan pancasila kepada bhikkhu di vihara terdekat.

5. Agama Buddha memang mempunyai cara sendiri dalam melakukan doa. Umat lebih cenderung mempergunakan istilah 'puja bakti' daripada istilah doa maupun sembahyang. Dengan istilah 'puja bakti' seorang umat melakukan 'puja' atau penghormatan kepada Sang Buddha dengan membaca paritta. Seperti telah diketahui bersama bahwa paritta

adalah merupakan kotbah Sang Buddha yang berisikan berbagai cara menjadi orang yang baik. Sedangkan pengertian 'bakti' adalah melaksanakan dalam kehidupan sehari-hari berbagai kotbah Sang Buddha yang telah dibaca tersebut.

Seorang umat Buddha sama dengan umat manusia lainnya yang tentunya ingin mendapatkan kebahagiaan dalam hidup. Untuk mewujudkan keinginannya itu, ia harus memperbanyak mengembangkan kebajikan dengan ucapan, badan serta pikirannya. Semakin banyak kebajikan yang dilaksanakan, semakin bahagia pula kehidupannya. Umat juga dapat merumuskan keinginan untuk mendapatkan kebahagiaan itu dengan mengucapkan kalimat: 'semoga semua makhluk berbahagia'. Dengan kalimat ini, secara otomatis ia mengharapkan diri sendiri bahagia, karena diri sendiri juga makhluk. Orang tua juga makhluk, semoga mereka bahagia, bahkan semua makhluk yang tampak maupun tidak tampak hendaknya juga selalu bahagia sesuai dengan kondisi kamma mereka masing-masing.

Sedangkan, apabila umat menginginkan sesuatu yang khusus seperti lulus ujian dengan nilai A, maka ia dapat mengucapkan kalimat: 'Semoga dengan usaha dan kebajikan yang telah dilakukan sampai saat ini akan dapat memberikan kebahagiaan dalam bentuk lulus dengan nilai A. Semoga semua makhluk berbahagia.'

Dengan demikian, untuk mendapatkan kelulusan bernilai A, orang harus berusaha dengan belajar giat dan juga mengembangkan kebajikan melalui ucapan, perbuatan serta pikirannya.

Semoga berbagai jawaban pertanyaan ini akan dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

03. Dari: **Setiady S**, Tangerang

YM Bhante,

Pertanyaan saya adalah:

Bagaimana caranya menghilangkan keragu-raguan dalam diri sendiri. Misalnya dalam pengambilan keputusan.

Dalam hal ini apakah ada metode agar kita bisa merasa "bebas" sebelum dan sesudah mengambil suatu tindakan / keputusan.

Mohon dijelaskan.

Terima kasih.

Jawaban:

Keraguan ketika mengambil suatu keputusan dapat dialami oleh orang yang kurang cukup mempunyai informasi seputar manfaat dan kerugian apabila suatu keputusan dilaksanakan.

Oleh karena itu, untuk mengurangi atau bahkan menghilangkan keraguan itu, ia hendaknya melengkapi informasinya dari berbagai sumber. Jika diperlukan, mintalah beberapa waktu lagi untuk memikirkan lebih dalam akan manfaat serta kerugiannya.

Bantuan pemikiran dari teman atau saudara yang dapat dipercaya sering memberikan manfaat dalam mengurangi keraguan ini.

Satu hal yang pasti adalah segala keputusan SELALU mempunyai resiko. Tidak ada

keputusan yang bebas sama sekali dari resiko. Namun, seseorang hendaknya menjadikan resiko terburuk yang sanggup diterimanya sebagai dasar pengambilan suatu keputusan. Apabila ia tidak atau belum sanggup menerima resiko terburuk tersebut, ia harus menunda bahkan membatalkan keputusan yang akan dilakuk an.

Semoga saran singkat ini dapat memberikan manfaat dalam menentukan suatu keputusan yang pasti selalu membawa resiko.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

04. Dari: **Tuwino Gunawan**, Medan

Namo Buddhaya Bhante,

Saya mengikuti kebaktian di wihara di kota saya. Pada saat pembacaan paritta<sup>2</sup>, selalu dijumpai "irama-irama" yang berbeda antara satu sutta dengan sutta lain (misalnya Ettavata dengan Karaniyametta sutta).

Menurut Bhante, apakah pembacaan paritta itu mempunyai "irama-irama" tertentu, atau hanya sekedar membaca tanpa perlu penyesuaian "irama-irama" ?

Saya pernah mendengar pembacaan paritta oleh seorang bhikkhu (sebelum bhikkhu melakukan kegiatan meditasi sendirian), dan menurut pendengaran saya, bhikkhu tersebut hanya membaca paritta tersebut tanpa disertai "irama-irama", apakah memang demikian ? Terima kasih atas jawabannya.

Jawaban:

Paritta sebenarnya adalah bagian dari kotbah Sang Buddha yang sering disebut sebagai sutta.

Kebanyakan paritta berbentuk syair dengan susunan suku kata yang berbeda. Perbedaan ini sering pula menimbulkan perbedaan pada irama pembacaannya. Namun, pada prinsipnya, pembacaan berbagai paritta dapat mempergunakan irama yang sama, berbeda atau bahkan tidak berirama sama sekali. Tidak masalah.

Hal paling penting dalam pembacaan paritta adalah pengertian yang benar akan ISI paritta. Dengan demikian, selesai pembacaan paritta, seseorang akan mempunyai pedoman hidup berdasarkan kotbah Sang Buddha yang telah dibacanya itu untuk dilaksanakan dalam kehidupannya sehari-hari. Jadi, semakin sering seseorang membaca paritta, diharapkan semakin baik pula perilaku, ucapan serta cara berpikirnya.

Apabila ingin mendapatkan pedoman irama pembacaan paritta, Sangha Theravada Indonesia telah menerbitkan CD dan kaset untuk dijadikan salah satu referensi pembacaan semua sutta, paritta dan gatha yang terdapat dalam buku Paritta Suci yang biasa dijadikan buku pegangan puja bakti di vihara binaan Sangha Theravada Indonesia. Irama pembacaan paritta ini dapat didengarkan dan di download dari Samaggi Phala, Multimedia pada:

<http://www.samaggi-phala.or.id/multimedia.php>

Semoga informasi singkat ini dapat dijadikan salah satu dasar pemikiran cara membaca paritta.



Semoga bahagia selalu.  
Salam metta,  
B. Uttamo

---

05. Dari: **Dedy**, Gresik

Namo Buddhaya, Bhante

Sebelumnya ijin saya kembali mengucapkan terima kasih kepada Bhante atas terjadinya kembali proses pembayaran piutang saya selama ini (cicilan ketiga dan keempat telah saya terima seminggu yang lalu). Dan, yang lebih menggembirakan lagi, telah ada kesadaran dari beliau secara langsung bahwa ia menganggarkan 25% dari omzet pemasukan jasa bila jasa tersebut didapat melalui perantara saya. Selama ini saya tetap menjaga hubungan baik dengan beliau guna membantu proses pembayaran kepada saya dengan berusaha memberi pemasukan jasa / job untuk pabrik beliau.

Keyakinan saya semakin bertambah bahwa problem apapun juga sebaiknya menempuh cara-cara non kekerasan tapi lebih mengutamakan penyelesaian secara Dhamma.

Sekali lagi, terimakasih Bhante atas sarannya selama ini.

Saya ada dua pertanyaan, sudi kiranya Bhante membantu saya menjawabnya:

1. Teman saya pernah mengalami kejadian memungut uang yang diketemukan di jalanan dan memasukannya ke dalam dompetnya. Tetapi terjadi keanehan, semua uang yang di dompet malah hilang.

Bagaimana hal ini dijelaskan secara konsep Buddhis ? Apakah ini pekerjaan black magic?

2. Saya punya kebiasaan iseng (kadang-kadang) membeli nomor togel. Tapi saya berusaha menebak lewat analisa perhitungan matematik secara logika (bukan gambling asal-asalan). Saya pernah mendapatkan 'rezeki' lewat proses usaha keras dengan analisa hitungan logika.

Menurut saya, apa yang saya dapat benar-benar lewat usaha keras tanpa gambling. Tolong Bhante jelaskan, apakah hal ini melanggar Pancasila Buddhis?

Jawaban:

Anumodana atas keberhasilan Anda untuk mendapatkan kembali piutang yang sudah lama tidak terbayarkan. Semoga dengan berbagai kebajikan yang telah dilakukan selama ini akan memberikan kondisi kamma baik berbuah dalam bentuk kebahagiaan sesuai dengan yang diharapkan.

Semoga demikia nlah adanya.

Sesungguhnya cara-cara kekerasan justru akan menimbulkan permasalahan tambahan.

Cara menyelesaikan suatu masalah dengan menghindarkan diri dari kekerasan adalah merupakan cara yang bijaksana.

1. Menemukan uang di jalan memang kadang memberikan kebahagiaan tersendiri. Orang akan terdorong menyimpan uang itu sebagai uang miliknya sendiri. Hal ini adalah wajar. Namun, kalau hal ini berlanjut dengan hilangnya semua uang dalam dompet, maka ada kemungkinan uang tersebut hanya sebagai 'pancingan' yang dapat menggerakkan kekuatan tertentu (mungkin mahluk halus misalnya tuyul) untuk mengambil uang yang

lain dalam dompet. Oleh karena itu, kejadian ini juga dapat dijadikan pelajaran bahwa ketamakan akan dapat merugikan diri sendiri.

2. Memperhitungkan secara matematika nomor yang akan keluar pada undian berikutnya tampaknya memang bagian dari usaha keras. Hanya saja, masalah perjudian bukan pada cara menghitungnya melainkan pada usaha mempertaruhkan sejumlah uang untuk mendapatkan uang yang lebih banyak. 'Usaha keras' ini memang tidak termasuk pelanggaran salah satu sila dari Pancasila Buddhis, namun merupakan salah satu faktor penyebab keruntuhan. Dalam Anguttara Nikaya IV, 287 diterangkan adanya empat faktor penyebab keruntuhan yaitu menjadi pemabuk, penggoda lawan jenis, bergaul dengan orang yang tidak baik moralnya serta berjudi.

Semoga dengan penjelasan singkat ini dapat membantu menghentikan tindakan membeli nomor undian dengan dalih 'usaha keras'.

Semoga selalu bahagia dalam Dhamma.

Salam metta,

B. Uttamo

---

06. Dari: **Hendra**, Jakarta

Namo Buddhaya,

Bhante, saya ingin bertanya tentang Mara yang mengganggu Sang Buddha.

1. Siapakah Mara itu, apakah penghuni surga atau dewa kematian atau makhluk neraka ?
  2. Apakah setiap calon Buddha sebelum mencapai kesempurnaan akan selalu diganggu Mara dan juga apakah Mara yang sama mengganggu setiap Buddha ?
  3. Apa keuntungan Mara mengganggu Buddha ?
  4. Mengapa Buddha mau berjanji dengan Mara bahwa Buddha akan segera Parinibbana 3 bulan lagi ?
  5. Apakah Mara abadi ?
  6. Apakah setiap manusia yang akan melatih diri menjadi arahat atau Buddha selalu akan diganggu oleh Mara ?
- Sebelumnya saya ucapkan terima kasih.

Jawaban:

1. Dalam 'Kamus Baru Buddha Dhamma' yang disusun oleh Panjika dan N. Perawira, cetakan pertama, 1993 disebutkan bahwa Mara adalah (Secara harafiah 'pembunuh'), penggoda, yang jahat, perusak.

Sedangkan dalam naskah Pali dikenal lima macam Mara yaitu:

1. Devaputta Mara yaitu Mara sebagai dewa
2. Kilesa Mara yaitu Mara yang berarti kekotoran batin
3. Mara yang mempengaruhi perilaku moral dan tidak bermoral (Abhisamkara)
4. Maccu Mara atau Mara sebagai kematian, dan
5. Khanda Mara yaitu Mara sebagai paduan unsur.

Mara sebagai dewa diceritakan tinggal di Paranimmita-vasavatti, atau tingkat surga ke enam. Meskipun dianggap sebagai perwujudan kematian (marana) dalam Buddhisme,

Mara juga sebagai lambang nafsu-nafsu keinginan yang menguasai manusia untuk melakukan kejahatan dan juga segala sesuatu yang menghalangi perkembangan pelaksanaan yang benar untuk mencapai kesucian.

Dalam Padhana Sutta disebutkan bahwa Mara memiliki sepuluh macam nafsu kegemaran (kilesa) yaitu: 1. Kesenangan indriawi (kama), 2. Tidak menyukai kehidupan suci (arati), 3. Lapar dan haus (khuppipasa), 4. ketagihan (tanha), 5. kemalasan dan kelambanan (thinamidha), 6. Ketakutan (bhaya), 7. Keraguan (vicikicca), 8. mencela dan membandel (makkha thambha), 9. Pendapatan (labha), pujian (siloka), penghormatan (sakkara) dan nama buruk (yasa), 10. Memuji diri sendiri dan merendahkan yang lain (atukhamsana paravambhana).

2. Memang dikisahkan bahwa Mara selalu 'menggangu' para calon Buddha, namun kisah yang paling jelas adalah perilaku Mara terhadap calon Buddha di masa sekarang yaitu Siddhattha Gotama.

3. Apabila memahami pengertian Mara sebagai lambang seperti yang terdapat dalam Padhana Sutta di atas, maka sesungguhnya semua 'gangguan' Mara tersebut dapat dikatakan berasal dari diri sendiri.

4. Dengan memahami bahwa salah satu pengertian Mara adalah kematian (maccu mara), maka jawaban Sang Buddha tentang saat Beliau wafat (parinibbana) dapat diartikan sebagai pemahaman Sang Buddha akan waktu wafatnya sendiri yang akan terjadi dalam tiga bulan ke depan.

5. Karena salah satu pengertian Mara adalah kematian, maka ia akan selalu ada dan datang selama kehidupan masih dialami oleh semua makhluk. Karena setiap kehidupan pasti akan berakhir dengan kematian. Ketika seseorang telah mencapai kesucian sehingga ia terbebas dari proses kelahiran kembali, ia dapat disebut sebagai orang yang telah mengalahkan Mara. Ia tidak akan mengalami kematian lagi.

6. Selama seseorang belum mencapai kesucian (arahatta) maka ia akan selalu 'diganggu' oleh Mara yaitu ketamakan, kebencian serta kegelapan batinnya yang akan selalu 'berusaha' menghalanginya untuk mencapai kesucian.

Semoga penjelasan ini dapat memberi gambaran yang lebih jelas tentang Mara yang sesungguhnya selalu berada dalam diri setiap orang.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

07. Dari: **Winita**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante,

Selama 15 tahun saya bekerja dengan motto: "Bekerja sebaik-baiknya dengan tanggung jawab dan jujur". Hasilnya selalu baik dilihat dari kenaikan gaji maupun promosi jabatan. Kemudian 2 tahun yang lalu saya berhenti kerja dan usaha salon dengan membeli

franchise. Pada saat pemilihan tempat, saya hanya menggunakan logika. Hasilnya ternyata kurang baik, krn tempat usaha saya banyak makhluk halus. Kemudian saya minta bantuan bhikkhu Sangha utk melakukan pemberkahan dan pelimpahan jasa. Setelah dilakukan pemberkahan, makhluk halus tidak mengganggu lagi. Pernah ada orang pintar yang bilang supaya saya melepaskan usaha ini karena tempatnya "kotor". Saya tidak mau krn harus menyerah kalah. Tetapi hasilnya memang usaha saya makin menurun. Mohon petunjuk Bhante, usaha apa lagi yang harus saya lakukan. Anumodana Bhante.

Jawaban:

Keberadaan makhluk halus di suatu tempat hunian manusia adalah hal yang wajar. Mungkin sejak kelahiran yang lampau mereka telah mempunyai ikatan kamma dengan para penghuni rumah tersebut. Menghadapi keberadaan para makhluk halus, umat Buddha hendaknya dapat melakukan tindakan bijaksana dengan tidak memusuhi mereka. Umat dapat melakukan pelimpahan jasa yaitu melakukan perbuatan baik dengan ucapan, badan serta pikiran atas nama para makhluk halus tersebut. Pelimpahan jasa dapat dilakukan dengan bantuan para bhikkhu maupun dilakukan sendiri. Semakin sering melakukan pelimpahan jasa, diharapkan semakin berkurang masalah dengan makhluk halus tersebut. Memang telah dapat dirasakan bahwa para makhluk itu sudah tidak mengganggu lagi. Meskipun demikian, pelimpahan jasa tetap dapat dilanjutkan sebagai sarana berbuat baik para penghuni rumah tersebut. Dalam kenyataan, kadang banyaknya kebajikan yang dilakukan ini dapat memberikan kondisi kamma baik berbuah dalam bentuk kelancaran usaha. Adapun penurunan hasil usaha yang dirasakan selama ini bisa terjadi karena beberapa sebab yang kadang sama sekali tidak ada hubungannya dengan para makhluk halus tersebut. Oleh karena itu, untuk mengatasi masalah penurunan hasil usaha tersebut hendaknya dikonsultasikan dengan mereka yang mengerti berbagai cara meningkatkan hasil usaha sejenis. Semoga jawaban ini dapat dijadikan awal untuk memulai kebiasaan berbuat baik dan melimpahkan jasa kepada para makhluk di tempat kerja tersebut sekaligus mencari solusi logis secara menejemen untuk meningkatkan hasil usaha. Semoga selalu bahagia. Salam metta, B. Uttamo

---

08. Dari: **Yanti**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante.

Bhante, saya mau menanyakan beberapa pertanyaan :

1. Apakah kalau kita bekerja di perusahaan distributor minuman keras itu melanggar Pancasila Buddhis ?
  2. Bagaimana kalo berkerja di perusahaan produksi rokok, apakah melanggar sila ?
- Terima kasih Bhante, Semoga berkenan menjawab.

Jawaban:

1. Maksud sila kelima Pancasila Buddhis yang dapat diartikan sebagai 'Aku bertekad akan melatih diri menghindari segala minuman keras yang dapat menyebabkan lemahnya kesadaran' adalah menjadi konsumen bukan produsen barang yang memabukkan itu. Adapun pilihan kerja sebagai produsen atau bagian dari produsen, dalam hal ini distributor adalah termasuk pekerjaan yang kurang sesuai untuk para upasaka dan upasika. Pekerjaan ini mengkondisikan orang lain melakukan pelanggaran sila kelima Pancasila Buddhis tersebut.

Oleh karena itu, apabila telah mempunyai peluang mendapatkan pekerjaan lain yang lebih mendukung pelaksanaan Pancasila Buddhis dalam masyarakat, sebaiknya pekerjaan itu ditinggalkan saja. Sedangkan, selama masih menjadi distributor minuman keras, alangkah baiknya apabila sering melakukan kebajikan dengan perbuatan, ucapan dan juga pikiran.

2. Merokok maupun membuat rokok tidak termasuk dalam Pancasila Buddhis. Namun, karena pengaruh rokok dapat mengganggu kesehatan seperti yang tercantum dalam peringatan yang terdapat pada setiap bungkus rokok, maka ada baiknya para upasaka dan upasika tidak melakukannya.

Semoga jawaban singkat ini dapat dijadikan pedoman untuk menentukan jenis pekerjaan yang bebas dari potensi pelanggaran sila maupun menimbulkan kerugian untuk diri sendiri dan juga orang lain.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

09. Dari: **Hendrik**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante,

Bhante, beberapa stasiun televisi di Indonesia sering menayangkan acara yang mengulas tentang keberadaan makhluk halus. Untuk meyakinkan penonton, mereka pun menayangkan beberapa penampakan makhluk halus tersebut. Selain itu terdapat sebuah acara yang menayangkan tokoh agama tertentu yang berprofesi sebagai pasukan penangkap / pengusir hantu.

a) Menurut Bhante, apakah tayangan tersebut merupakan sebuah hasil rekayasa ataukah sebuah kejadian yang sebenarnya ?

b) Bagaimanakah seharusnya sikap kita sebagai umat Buddha atas tayangan acara seperti itu ?

c) Saya yakin seorang Bhante pun memiliki kemampuan untuk menangkap / mengusir makhluk halus dari suatu tempat. Namun apakah tindakan pengusiran seperti itu dapat dibenarkan menurut Ajaran Buddha yang selalu mendoakan "Semoga Semua Makhluk Hidup Berbahagia" ?

Terima kasih atas perhatian Bhante.

Jawaban:

a. Akhir-akhir ini memang telah menjadi trend dalam acara televisi di berbagai studio swasta maupun pemerintah di Indonesia untuk menjadikan makhluk halus sebagai 'artis'. Kenyataan ini wajar saja karena keberadaan para makhluk halus itu memang bisa

dirasakan bahkan dilihat oleh sebagian orang tertentu. Namun, penampakan mereka kiranya tidak sebanyak dan seseram tayangan di televisi tersebut. Oleh karenanya, acara semacam itu mungkin memang diilhami dari suatu kejadian yang sebenarnya ada dalam masyarakat, namun penampilan adegan dengan kamera tentunya sudah diubah, ditambah dan didramatisir di beberapa bagian agar mempunyai 'nilai jual' yang lebih meyakinkan para penonton televisi.

b. Tayangan mengenai para mahluk halus semacam itu untuk para umat Buddha dapat menjadi suatu pelajaran dan bukti nyata bahwa memang ada alam lain di sekitar manusia. Ada alam kehidupan setelah kematian. Mahluk akan dapat terlahir kembali di suatu alam sebagai akibat dari perilaku selama hidup sebelumnya.

Dalam Dhamma disebutkan adanya 31 alam kehidupan, termasuk alam manusia, alam binatang, alam neraka, alam surga, dsb, termasuk alam para mahluk halus yang disebut sebagai alam peta maupun asura.

Selain itu, umat Buddha juga dapat belajar bahwa adanya kemelekatan akan berbagai hal sebelum seseorang meninggal dunia akan sangat menentukan kelahirannya sebagai mahluk halus yang akhirnya menjadi 'artis seram dan heboh' di televisi.

c. Dalam Dhamma, para mahluk halus tersebut adalah termasuk mahluk menderita. Mereka tidak harus diusir maupun disakiti. Mereka justru perlu ditolong agar mereka dapat terlahir kembali di alam yang lebih baik dan bahagia.

Oleh karena itu, memang sudah seharusnya setiap umat Buddha mengucapkan kalimat: 'Semoga semua mahluk berbahagia' agar dalam dirinya dapat terpancar kasih sayang kepada semua mahluk yang tampak maupun yang tidak tampak.

Semoga mereka semua berbahagia.

Ada baiknya pula umat Buddha sering melakukan kebajikan atas nama para mahluk yang pernah berhubungan kamma dengan dirinya agar mereka semua terlahir di alam bahagia.

Semoga dengan berbagai kebajikan ini umat Buddha akan mendapatkan kebahagiaan demikian pula semua mahluk yang berada di dunia ini.

Semoga demikianlah adanya.

Salam metta,

B. Uttamo

---

10. Dari: **Fenny**, Surabaya

1. Beberapa minggu lalu, pembantu rumah saya memecahkan pajangan kura-kura milik tante saya. Kura-kura melambangkan keberuntungan. Setelah kejadian itu, pembantu saya selalu tidak beruntung terus. Bagaimana hal tersebut bisa terjadi ? Soalnya saya baru saja memecahkan tempat wangi-wangian milik tante saya. Saya takut kalau saya mendapat efek seperti pembantu saya.

2. Bagaimana cara menghindarkan diri dari perasaan jatuh cinta ?

3. Siapakah yang menciptakan manusia ?

Terima kasih.

Jawaban:

1. Dalam masyarakat tertentu memang mempercayai bahwa kura-kura adalah lambang

keberuntungan atau bahkan lambang panjang usia. Namun memecahkan atau merusakkan kura-kura yang sudah menjadi hiasan itu tidak harus memberikan akibat kehilangan keberuntungan yang sesungguhnya adalah merupakan buah kamma buruknya yang lain. Oleh karena itu, orang hendaknya juga jangan terlalu khawatir dengan berbagai hal yang buruk akan dialami setelah memecahkan tempat wewangian. Segala suka dan duka yang dialami oleh seseorang adalah merupakan buah kamma dia sendiri. Apabila ia belum waktunya mendapatkan buah kamma buruk, maka walaupun ia telah banyak memecahkan hiasan kura-kura dan tempat wewangian, ia tidak akan mendapatkan kesulitan sedikitpun. Sebaliknya, apabila buah kamma buruknya telah tiba masanya, tanpa harus memecahkan benda simbolis apapun juga hidupnya akan banyak mendapatkan kesulitan.

Jadi, selama seseorang selalu berusaha banyak melakukan kebajikan dengan badan, ucapan serta pikirannya maka kebahagiaan akan selalu menyertainya walaupun ia telah memecahkan kura-kura, tempat wewangian maupun berbagai benda lambang kebahagiaan yang lain.

Namun hal yang pasti, kamma buruk akan berbuah dalam bentuk urusan dengan si pemilik benda-benda simbolis tersebut yang tentunya mungkin ia akan kehilangan kesabaran melihat benda-benda kesayangannya rusak. Inilah yang harus diwaspadai.

2. Tumbuhnya rasa cinta dalam diri manusia dan juga semua makhluk hidup adalah hal yang wajar terjadi. Justru sebagai seorang manusia yang mengenal Dhamma, rasa cinta ini perlu dikembangkan agar seseorang dapat memancarkan cinta kasih universal ke semua makhluk yang tampak maupun makhluk yang tidak tampak.

Adapun hal yang perlu dihindari adalah timbulnya kemelekatan karena rasa cinta tersebut. Kemelekatan ini dapat digambarkan sebagai perasaan yang sangat tidak nyaman ketika seseorang tidak bertemu atau berpisah dengan mereka yang dicintai. Inilah penderitaan. Inilah yang perlu dikendalikan bahkan dilenyapkan dengan melaksanakan Buddha Dhamma.

Salah satu cara untuk mengurangi kemelekatan akibat adanya rasa cinta tersebut adalah dengan melatih kerelaan. Seseorang hendaknya menanamkan pengertian dalam pikirannya bahwa cinta sesungguhnya adalah memberi, bukan menuntut. Cinta adalah usaha untuk selalu memberikan kebahagiaan kepada mereka yang dicintainya. Oleh karena itu, seseorang harus selalu berusaha merelakan orang yang dicintainya melakukan segala sesuatu yang ia sukai. Dengan adanya kerelaan ini akan selalu tumbuh rasa bahagia melihat orang yang dicintainya berbahagia. Inilah bentuk kebahagiaan dari timbulnya cinta.

Dengan demikian, tumbuhnya perasaan cinta tidak selalu harus dihindari.

3. Dalam Dhamma sejarah keberadaan manusia di bumi ini bukanlah disebabkan oleh penciptaan melainkan hasil sebuah proses evolusi yang sangat panjang. Meskipun Agama Buddha mempergunakan proses evolusi untuk menerangkan sejarah manusia, pengertian ini tidak selalu sama dengan proses evolusi yang pernah dinyatakan oleh Charles Darwin. Dalam teori evolusi Darwin, manusia dianggap sebagai hasil proses evolusi dari seekor kera.

Namun, agar dapat lebih memahami proses terjadinya manusia penghuni dunia ini secara Dhamma, kiranya dapat dibaca Naskah Dhamma dalam Samaggi Phala pada:

[http://www.samaggi-phala.or.id/naskahdamma\\_dtl.php?id=70&cont=ketuhanan1.html&path=naskahdamma/&multi=Y&hal=1&hmid=215](http://www.samaggi-phala.or.id/naskahdamma_dtl.php?id=70&cont=ketuhanan1.html&path=naskahdamma/&multi=Y&hal=1&hmid=215)

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan karena terbebas dari rasa bersalah dengan rusaknya suatu benda simbolis maupun terhindar dari rasa takut untuk jatuh cinta.

Semoga selalu berbahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

11. Dari: **Rita Lestari**, Klungkung

Namo Buddhaya,

Bhante, saya mo tanya bagaimana cara kita agar bisa hidup bahagia dengan orang, teman, keluarga, dan lingkungan kita yang sangat kompleks dan mempunyai gaya hidup, pola pikir, dan tingkah laku yang berbeda. Ya kalo beda positif ga pa pa.. tapi, kalo beda negatif itu gimana ?

Anumodana Bhante.

Jawaban:

Adalah merupakan kenyataan bahwa manusia selain sebagai makhluk individu sekaligus juga sebagai makhluk sosial.

Sebagai makhluk individu, manusia dapat dengan mudah menentukan sendiri segala hal yang dapat membuatnya hidup berbahagia. Namun, sebagai makhluk sosial, orang harus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya agar ia dapat hidup berbahagia.

Satu hal penting yang harus dicamkan di sini adalah **KEBAHAGIAAN BERASAL DARI CARA BERPIKIR**.

Oleh karena itu, seseorang yang dapat mengendalikan pikirannya akan mendapatkan kebahagiaan di manapun ia berada.

Salah satu usaha untuk membuat batin tenang ketika berkumpul dengan lingkungan yang dirasa kurang baik, padahal mereka sebenarnya netral, adalah dengan mengingat tujuan hidup yang dimiliki. Dengan mengingat tujuan hidup, seseorang akan selalu berusaha melakukan suatu perbuatan berdasarkan tujuan yang hendak dicapainya, bukan karena pengaruh lingkungan.

Selain itu, apabila ia tidak dapat menghindarkan diri dari pengaruh mereka, ia hendaknya dapat mengubah cara berpikirnya sendiri.

Dalam kehidupan ini, kenyataan tidak selalu sama dengan keinginan, dan keinginan juga tidak selalu menjadi kenyataan. Seseorang tidak dapat mengubah kenyataan. Ia hanya dapat mengubah keinginannya agar sesuai dengan kenyataan yang ada.

Dengan kemampuan mengubah keinginan agar sesuai kenyataan, seseorang akan selalu bahagia di lingkungan apapun juga.

Cara sederhana untuk mengubah keinginan adalah dengan sering mengucapkan kata 'untung' ketika seseorang menghadapi suatu kenyataan.

Jadi, ketika ia bertemu dengan lingkungan yang dirasa kurang baik, ia dapat segera



berkata dalam batin: "Untung hanya seperti ini lingkungan yang ditemui." Dengan kalimat sederhana ini, orang akan dapat lebih mudah menerima kenyataan dan bertindak bijaksana sesuai dengan kenyataan yang ada, misalnya dengan mengingat tujuan hidup atau menghindari mereka.

Semoga jawaban ini dapat menjadi salah satu pilihan untuk berkumpul dengan lingkungan dari berbagai kalangan. Hal ini adalah merupakan konsekuensi logis kehidupan manusia sebagai makhluk sosial.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

12. Dari: **Clarisa**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante,

Saya mau bertanya sehubungan dengan masalah emosional. Sebagai wanita tentu tiap bulan kedatangan "tamun" tak di undang. Pertanyaan saya, bagaimana cara untuk mengendalikan rasa emosi yg timbul berlebihan pada saat itu, karena emosi itu muncul dengan sangat mendominasi pikiran bahkan akal sehat saya. Saya sering menyadarinya tapi sampai saat ini belum ada solusi utk mengatasinya.

Pertanyaan kedua, saya sangat sukar sekali bermeditasi. Sama sekali tidak bisa berkonsentrasi, pikiran saya selalu dipenuhi dengan segala macam hal, baik pekerjaan, keluarga bahkan teman-teman. Saya bukan mengkhawatirkan sesuatu, saya malah cuek banget dengan segala sesuatu, tdk peduli pemikiran org lain, asal saya tdk berbuat jahat dan asal saya tidak merugikan orang lain, saya tdk akan peduli omongan org lain. Tetapi seakan2 pikiran saya ini tidak pernah bisa berhenti berpikir atau bekerja.

Apakah ada yg salah dengan diri saya ini Bhante ?

Terima kasih sebelum dan sesudahnya Bhante.

Jawaban:

Memang banyak terjadi wanita yang mengalami peningkatan gejala emosi di masa-masa tertentu setiap bulannya. Untuk mengendalikan diri dari pengaruh emosi bulanan itu, paling tidak ada dua hal yang dapat dilakukan:

1. Memperbanyak diam atau mengurangi komunikasi dengan lingkungan pada masa emosi bergejolak agar tidak terjadi benturan yang menimbulkan masalah dibelakang hari.
2. Mengembangkan pikiran positif dengan selalu mengucapkan kalimat: 'Semoga semua makhluk berbahagia'. Kalimat ini dibiasakan diucapkan dalam batin setiap hari ketika memiliki kesempatan. Dengan seringnya mengulangi kalimat ini lama kelamaan akan membentuk pola pikir di bawah sadar yang berisikan kasih sayang. Ketika emosi sedang memuncak, kalimat ini mungkin akan timbul dari bawah sadar untuk meredakan emosi yang timbul tersebut.

Adapun kesulitan berkonsentrasi pada obyek ketika sedang berlatih meditasi memang menjadi masalah utama dan pertama yang akan dialami oleh hampir setiap orang yang mulai belajar bermeditasi. Namun, dengan latihan rutin serta disiplin, lama kelamaan pikiran akan lebih mudah dikuasai dan dipusatkan pada obyek meditasi yang telah dipilih, misalnya mengamati proses masuk dan keluarnya pernafasan.

Meditasi dapat pula disebut sebagai latihan ketrampilan berpikir terpusat. Oleh karena itu, agar seseorang menjadi trampil berkonsentrasi, ia harus terus berlatih secara rutin. Ia harus selalu bersemangat dan tidak bosan untuk berlatih. Ada baiknya, agar lebih bersemangat, seringkali berlatih meditasi bersama di vihara atau tempat-tempat latihan meditasi lainnya. Dengan latihan meditasi bersama, seseorang akan lebih mudah bangkit semangat berlatih dan dapat memusatkan pikirannya.

Semoga saran singkat ini dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan kualitas konsentrasi dalam bermeditasi yang tentunya sekaligus dapat dipergunakan untuk mengendalikan emosi bulanan yang sering timbul.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

13. Dari: **Agus Wazir**, Medan

Namo Buddhaya,

Bhante, saya pernah baca sebuah buku yang menulis, kita sebaiknya berdoa (membaca mantra) dan jangan mengusik jenazah orang yang baru meninggal karena dapat menyebabkan orang yang meninggal tersebut dapat terlahir di alam yang lebih rendah. Bagaimana kalau orang tersebut sebelum meninggal ingin menyumbangkan organ tubuhnya dan mau tidak mau dokter harus segera melakukan operasi ? Bagaimanakah sebaiknya ?

Atas penjelasan Bhante, saya ucapkan terima kasih.

Jawaban:

Dalam pengertian Dhamma, seseorang yang telah meninggal akan LANGSUNG terlahirkan kembali di alam lain. Ia dapat terlahir di salah satu dari enam tingkat alam surga, atau ia terlahir di alam menderita ataupun alam lainnya. Kelahiran di salah satu alam ini sangat ditentukan oleh PERBUATAN yang telah dilakukannya selama hidupnya, bukan karena perbuatan orang lain terhadap jenazahnya.

Jenazah hanyalah tumpukan tulang dan daging yang sebentar lagi akan segera membusuk. Oleh karena itu, jenazah ingin digerakkan, digoyang dan bahkan diambil organ tubuhnya untuk kepentingan mereka yang masih hidup pun tidak ada masalah sama sekali untuk ia yang telah meninggal.

Dengan demikian, mereka yang ingin memindahkan jenazah maupun menyumbangkan organ tubuh ketika sudah meninggal dunia dapat saja dilakukan dengan tanpa kekuatiran akan terlahir di alam menderita. Malahan, niat ketika masih hidup untuk mendonorkan organ tubuhnya setelah meninggal adalah termasuk melakukan niat baik ataupun kamma baik melalui pikiran.

Semoga keterangan ini dapat memberikan kebahagiaan kepada mereka yang ingin menjadi donor organ tubuh setelah ia meninggal dunia nanti.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

14. Dari: **Basuki W.K**, Denpasar

Namo Buddhaya, Bhante.

Di dalam topik ceramah, seringkali temanya "Cara mempercepat karma baik berbuah". Bagaimana seandainya kalau kita melihat dgn sudut pandang terbalik. misalnya seperti: "Mempercepat karma buruk berbuah".

Mohon penjelasannya.

Anumodana atas perhatiannya.

Jawaban:

Memang hampir semua ceramah Dhamma bertujuan untuk memberikan kebahagiaan kepada pendengarnya. Kebahagiaan ini adalah merupakan buah kamma baik.

Seseorang bisa saja mempercepat kamma buruk berbuah, misalnya melukai dirinya sendiri dengan pisau, namun, tentu saja hal itu berlawanan juga dengan tujuan utama manusia yaitu ingin mencapai kebahagiaan di segala bidang.

Pernah ada kepercayaan di jaman Sang Buddha untuk selalu mematangkan kamma buruk yaitu dengan menyiksa diri. Penyiksaan diri dilakukan dengan berdiri di satu kaki untuk bertahun-tahun lamanya, berendam di air dingin ketika musim dingin, berjemur di terik matahari ketika musim panas, serta berbagai bentuk penyiksaan diri lainnya. Namun, ketika para penyiksa diri ini ditanya tentang jumlah kamma buruk yang harus dimatangkannya, mereka tidak dapat menjawab dengan tegas.

Dengan demikian, penyiksaan diri atau mempercepat kamma buruk berbuah ini menjadi tindakan yang sia-sia apabila orang tidak pernah mengerti secara tepat jumlah kamma buruk yang dimilikinya. Ia lebih baik selalu mengembangkan kebajikan dengan ucapan, perbuatan dan pikirannya agar ia mendapatkan kebahagiaan sebagai buah kamma baiknya.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat untuk selalu bersemangat mematangkan kamma baik.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

15. Dari: **Dharmadhipatya**, Tangerang

Namo Buddhaya,

Ada beberapa pertanyaan yang ingin saya tanyakan :

Saya belum begitu jelas, di beberapa sutta yang kalau saya tidak salah baca, bahwa Agama Buddha akan mengalami kemunduran, dimana hal tersebut ditandai dengan diterimanya wanita dalam Sangha Bhikkhuni di bumi ini. Apakah maksud dari Sutta tersebut ?

Bukankah Sang Buddha memang telah mengizinkan para wanita untuk bisa masuk dalam Sangha Bhikkhuni ?

Terimakasih.

Jawaban:

Dalam perjalanan sejarah Agama Buddha, memang Sang Buddha telah mengizinkan para

wanita untuk menjadi bhikkhuni. Sang Buddha sendiri juga telah mendirikan Sangha Bhikkhuni. Adapun kemunduran yang akan dialami Buddha Dhamma seperti yang telah diuraikan dalam sebuah keterangan disebutkan bahwa berkumpulnya para pria yang telah menjadi bhikkhu dan wanita yang telah menjadi bhikkhuni ketika kebanyakan di antara mereka masih belum mencapai kesucian dan tinggal berdekatan di sebuah tempat akan berpotensi timbul masalah. Masalah utama mereka adalah kisah cinta yang mungkin akan mengurangi keyakinan para umat setelah melihat perilaku mereka yang tidak jauh berbeda dengan perilaku umat perumah tangga biasa.

Padaahal, apabila para bhikkhu dan bhikkhuni itu semua telah mencapai kesucian yaitu telah lenyap ketamakan, kebencian serta kegelapan batinnya, masalah ini tentu tidak akan ada. Keyakinan umat pun akan selalu dapat terjaga.

Dengan demikian, penyebab kemunduran Buddha Dhamma bukan hanya karena adanya wanita dalam Sangha, melainkan berkumpulnya pria dan wanita yang belum mencapai kesucian di tempat yang berdekatan, yaitu vihara.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat untuk semua fihak yang sering mempunyai pandangan keliru tentang keberadaan wanita dalam Agama Buddha yang dianggap menjadi penyebab kemunduran Buddha Dhamma.

Semoga semuanya selalu berbahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

16. Dari: **Dharma**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante,

Saya ingin menanyakan tentang atha sila (uposatha sila).

Dalam buku bacaan yang disusun oleh Bhikkhu Somdet Phra Buddhaghosacariya ada beberapa penjelasan yang tidak saya mengerti.

1. Untuk sila ke 3 (Tidak melakukan hubungan seks) ada dua faktor (1. Niat untuk berhubungan seksual; 2. kontak seksual melalui salah satu lubang), bagaimana jika itu terjadi tanpa kita sadari (mimpi basah), atau "self service"?

2. Untuk sila ke 6 (Tidak makan pada waktu yang salah), disini hanya membahas makan sebelum tengah hari. Bagaimana dengan minumannya - sekarang banyak minuman yang berasal dari yang kita sebut makanan (ex. jeruk) atau susu ?

Apakah 'tengah hari' itu bisa disebut jam 12 siang ?

3. Sila Ke 7 (Tidak bernyanyi, menari atau menonton hiburan. dan tidak memakai perhiasan, kosmetik, parfum). Bagaimana jika menonton sesuatu yang bersifat olah raga (ex.bulu tangkis) dengan alasan ingin melihat teknik bertandingnya ?

4. Apakah Athasila bisa dilaksanakan setiap hari ?

5. Apakah jika salah satu sila gagal, sila yang lain dianggap gagal ?

Terima kasih.

Jawaban:

1. Mimpi basah adalah kejadian alami yang tidak termasuk sebagai pelanggaran sila apapun juga. Adapun masturbasi atau 'self service' tidak termasuk melakukan pelanggaran sila untuk perumah tangga namun bukan tindakan yang didukung dalam Dhamma.

2. Tengah hari pada waktu dahulu ditandai dengan bayangan kepala yang dapat diinjak sendiri. Sedangkan di masa sekarang agar lebih mudah ditandai dengan waktu sekitar jam 12 siang. Setelah tengah hari, sebaiknya seseorang yang menjalankan sila tidak minum minuman yang mengandung susu. Ia dapat minum sari buah apabila berasal dari buah yang tidak lebih besar dari kepalan tangan sendiri. Namun, agar lebih 'aman' sebaiknya orang hanya minum teh atau kopi manis atau bahkan air putih setelah lewat tengah hari.
3. Melihat tontonan sebagai hiburan atau pelajaran memang merupakan hal yang tipis perbedaannya. Namun, apabila seseorang sedang menjalankan uposatha sila, sebaiknya tindakan ini dihindari.
4. Apabila seseorang ingin memperkuat latihan pengendalian diri, tentu saja ia dapat melaksanakan latihan delapan sila setiap hari.
5. Apabila salah satu sila telah gagal dilaksanakan, maka hal itu bukan berarti pelaksanaan seluruh sila juga gagal. Sebaiknya sila yang telah gagal tersebut diperbaiki dengan lebih berhati-hati bertindak di masa mendatang.

Semoga jawaban ini dapat memberikan rasa mantap melaksanakan delapan sila dalam kehidupan sehari-hari.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

17. Dari: **Lynna**, Sby

Namo Buddhaya.

Bagaimana pandangan Agama Buddha terhadap SANTET (ilmu hitam) ?

Bagaimana cara menghindarinya & menanggulangnya ?

Terima kasih.

Jawaban:

Santet adalah merupakan produk penyalahgunaan kemampuan berkonsentrasi yang diperoleh dari latihan meditasi tertentu. Santet adalah usaha memantapkan kamma buruk orang yang disantet. Dengan demikian, semakin banyak kamma baik yang dimiliki seseorang, semakin sulit pula ia disantet.

Jadi, untuk menghindari serta mengatasi pengaruh santet, sebaiknya orang mengembangkan banyak kebajikan dengan badan, ucapan serta perbuatannya. Perbanyak membaca paritta, bermeditasi dan juga melaksanakan latihan kemoralan.

Dengan berbagai kebajikan itulah pengaruh santet dapat dikurangi, dihindari dan bahkan diatasi.

Semoga jawaban ini dapat memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

18. Dari: **Elsye**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante

Setiap Jum'at siang di kantor saya diadakan Persekutuan Doa (PD), dan saya sering diajak

teman2 utk ikut PD tsb.  
Apakah saya boleh ikut PD tsb.?

Jawaban:

Adalah merupakan konsekuensi logis seseorang yang berkumpul dan bermasyarakat dengan mereka yang mempunyai keyakinan lain untuk diajak ikut berpartisipasi dengan acara ritual keagamaan mereka.

Namun tentunya hal ini adalah merupakan ajakan, bukan paksaan. Oleh karena itu, sebaiknya ajakan tersebut dijawab dengan sopan dan bijaksana agar tidak menyakiti hati mereka.

Sampaikan jawaban dengan bahasa yang halus dan baik bahwa kita telah beragama Buddha.

Sebenarnya sebagai seorang umat Buddha yang telah mempunyai keyakinan dan pengertian kuat pada Buddha Dhamma, bisa saja ia mengikuti kegiatan semacam itu, namun, mungkin hal itu tidak perlu dilakukannya. Lebih baik ia mempergunakan waktunya tersebut untuk memperdalam pemahamannya pada Buddha Dhamma daripada mempelajari agama lain.

Semoga jawaban ini dapat dipergunakan untuk menjaga keyakinan umat Buddha akan Ajaran Sang Buddha.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

19. Dari: **Tuwino Gunawan**, Medan

Namo Buddhaya,

Semua sabda dan aturan dalam Tipitaka disusun oleh murid Sang Buddha mengenai hal yang telah disampaikan oleh Sang Buddha sendiri kepada murid2 Nya / pengikut2 Nya sesuai dengan kondisi dan konteks saat itu.

Menurut Bhante, apa yang akan Sang Buddha perbuat / sampaikan jika Sang Buddha melihat kondisi dan situasi dunia saat ini (yang penuh dengan kekacauan, peperangan, dan hal2 jelek lainnya).

Memang inti Dhamma masih dapat berlaku sampai sekarang, tetapi melihat perkembangan dunia yang semakin maju, penduduk dunia yang bertambah banyak, cadangan makanan dan sumber2 alam yang semakin menipis (bandingkan 2000 tahun yang lampau dengan 2000 tahun mendatang) apakah Dhamma masih bisa valid dan bertahan sampai saat itu ?

Terima kasih atas penjelasannya.

Jawaban:

Buddha Dhamma adalah merupakan Ajaran Sang Buddha yang telah disampaikan sekitar 3000 tahun yang lalu. Inti Buddha Dhamma adalah tuntunan perilaku untuk membebaskan seseorang dari ketamakan, kebencian serta kegelapan batin. Inti Dhamma ini memang masih berlaku sampai saat ini dan bahkan di masa mendatang.

Manusia di masa lalu, di masa sekarang dan di masa yang akan datang selalu diliputi oleh ketamakan, kebencian serta kegelapan batin. Dengan pengaruh ketiga hal tersebut,

manusia dapat membenarkan segala cara untuk mendapatkan kebahagiaan serta memuaskan nafsu pribadinya.

Pada waktu dunia masih memiliki cadangan sumber alam yang melimpah, manusia yang telah dipengaruhi oleh nafsu akan berusaha mencari kebahagiaan sendiri walau harus mengorbankan orang lain, demikian pula ketika sumber alam mulai terbatas. Jadi, masalah utama dunia ini terletak pada mentalitas manusia, bukan pada sumber alam ataupun hal lain di luar diri manusia itu sendiri.

Dengan demikian, Dhamma yang berisikan tuntunan perilaku untuk memperbaiki moral seseorang jelas semakin diperlukan di masa sekarang dan di masa mendatang pada saat dunia mengalami berbagai keterbatasan dan kekacauan.

Mereka yang melaksanakan Dhamma akan menjadi orang yang dapat mengendalikan diri di tengah berbagai kekacauan dan kekerasan. Orang semacam ini memang semakin sulit diketemukan, namun bukan berarti mereka tidak ada sama sekali.

Agar dapat selalu melaksanakan Dhamma di masa apapun juga, seseorang hendaknya mengingat kebenaran Hukum Sebab dan Akibat yang hanya dapat dialami sendiri tanpa mampu dialihkan keberadaannya. Ia hendaknya selalu merenungkan bahwa 'apabila diri sendiri tidak ingin disakiti, maka ia hendaknya tidak pula menyakiti makhluk lain'.

Pengertian inilah yang akan bertahan di masa apapun juga.

Jaman boleh berubah, namun perasaan manusia akan tetap sama terhadap dirinya sendiri. Sedangkan Buddha Dhamma menguraikan berbagai cara mengendalikan diri sendiri agar tercapai kebahagiaan diri sendiri, lingkungan maupun dunia.

Semoga hal ini dapat memberikan kemantapan bahwa Dhamma akan selalu bertahan sepanjang masa.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

20. Dari **Saena**, Pematangsiantar

Mencari info makna Waisak.

Mengapa acara Waisak diperingati dengan memandikan rupang / arca Sang Buddha.

Jawaban:

Waisak sebenarnya adalah merupakan nama salah satu bulan dalam penanggalan yang dipergunakan di India pada jaman Sang Buddha. Pada saat bulan purnama di bulan Waisak diceritakan bahwa Pangeran Siddhattha Gotama sebagai calon Buddha telah lahir ke dunia. Pada waktu Beliau lahir di Taman Lumbini, tubuh Beliau disambut dan dimandikan oleh para dewa.

Kisah kelahiran ini kemudian menjadi tradisi memandikan arca Sang Buddha pada saat merayakan Waisak.

Semoga penjelasan singkat ini dapat menambah pengetahuan tentang asal mula timbulnya tradisi memandikan arca Sang Buddha.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

21. Dari: **Hendry**, Medan

Namo Buddhaya.

Saya ingin bertanya, apakah ada mantra atau paritta mengenai Boddhisattva Pelindung Dharma Kuan Te Kong / Kuan Kong ?

Mohon jawaban dari Bhante.

Terima kasih sebelumnya.

Jawaban:

Dalam Kitab Suci Agama Buddha yaitu Tipitaka Pali tidak disebutkan adanya Bodhisattva Pelindung Dhamma tersebut. Oleh karenanya, untuk mendapatkan mantra atau paritta penghormatan kepada Bodhisattva tersebut mungkin dapat menghubungi tokoh agama Buddha yang terdekat yang memuja Bodhisattva tersebut.

Semoga jawaban ini tidaklah terlalu mengecewakan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

22. Dari: **Michael K Lei**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante,

Bhante, saya ingin ikutan tanya, mungkin pertanyaan saya sedikit menyimpang dari Dharma, namun tetap saja pertanyaan ini mengganjal pikiran.

Pertanyaan saya adalah sebagai berikut:

Saya belakangan ini sepertinya mulai mempercayai fungsi Feng Shui, seperti penataan ruang, pemakaian simbol untuk memancing 'chi' ruangan dan segala sesuatunya. Saya sadar bahwa Feng Shui merupakan suatu ilmu pengetahuan mengenai keselarasan alam. Apakah praktek Feng Shui sesuai dengan ajaran Agama Buddha atau tidak?

Terima kasih.

Jawaban:

Seorang umat Buddha selain melaksanakan Ajaran Sang Buddha agar dapat membebaskan diri dari ketamakan, kebencian serta kegelapan batin, ia dapat juga melakukan berbagai tindakan berdasarkan pedoman-pedoman lainnya, misalnya Feng Shui.

Ia boleh saja mempercayai Feng Shui yang sebenarnya merupakan ilmu arsitektur Tiongkok kuno.

Hanya saja, ia harus dapat memisahkan secara tegas segala sesuatu yang berhubungan dengan Buddha Dhamma dan hal yang bukan Buddha Dhamma. Ia hendaknya tidak mencampuradukkan keduanya.

Dengan mengerti perbedaan kedua hal ini secara tegas, ia dapat dengan mantap melaksanakan Buddha Dhamma, dan juga dapat melakukan berbagai kepercayaan lainnya.

Semoga jawaban ini bermanfaat untuk membedakan sekaligus melaksanakan Buddha Dhamma dan Feng Shui.



Semoga selalu bahagia.  
Salam metta,  
B. Uttamo

---

23. Dari: **Andika**, Tangerang

Salam bahagia dalam Buddha Dhamma.

Saya sebagai anak remaja yang dalam pergaulannya sangat berbahaya sekali jika kurangnya pengetahuan, saya ingin bertanya:

Apakah kissing yang dilakukan oleh seorang pasangan itu suatu perzinahan dan apakah itu melanggar sila ketiga ?

Mungkin penjelasan yang Bhante berikan nanti dapat bermanfaat bagi para remaja.

Terima kasih Bhante.

Jawaban:

Remaja masa sekarang memang sudah seharusnya memiliki pedoman moral yang baik. Pedoman moral ini sangat diperlukan mengingat sedemikian deras aliran berbagai arus informasi asing yang masuk melalui bermacam-macam media. Salah satu informasi yang kurang sesuai dengan pedoman moral yang telah disampaikan dalam Buddha Dhamma adalah perilaku bebas di masa pacaran. Telah cukup banyak generasi muda Indonesia yang 'salah jalan' dengan menganggap hal yang tidak pantas dilakukan di masa pacaran sebagai bagian dari gaya hidup anak jaman sekarang atau modern. Inilah kondisi remaja Indonesia yang sangat memprihatinkan.

Masa pacaran adalah masa pendekatan dua pribadi untuk saling mengetahui serta menyesuaikan sikap serta pandangan hidup menjelang mereka memasuki kehidupan perkawinan. Namun, sudah sangat sering terjadi dalam masyarakat adanya pasangan remaja yang telah bertindak terlalu jauh sehingga mereka hamil di usia muda dan tidak melanjutkan sekolah. Perilaku yang tidak sesuai dengan pedoman kemoralan ini sering dimulai 'hanya' dengan 'sekedar' ciuman bibir seperti yang banyak terlihat dalam film Indonesia maupun impor.

Dalam pedoman moral Agama Buddha yaitu Pancasila Buddhis, disebutkan pada sila ketiga adanya latihan untuk tidak melakukan pelanggaran kesusilaan atau berjinah. Syarat terjadinya perzinahan yang dimaksudkan dalam latihan ini adalah penggunaan secara tidak tepat salah satu atau lebih dari ketiga organ seksual yaitu bibir, alat kelamin dan anus.

Adapun sebagai obyek pelanggaran seksual sila ketiga ini antara lain adalah mereka yang masih dibawah usia dewasa, dibawah perwalian ataupun pasangan hidup orang lain. Pacaran dan berciuman (bibir) dengan salah satu dari obyek pelanggaran seksual di atas, misalnya dengan orang yang masih dibawah perlindungan orangtua adalah termasuk pelanggaran sila ketiga.

Oleh karena itu, sebaiknya masa pacaran kembali dijadikan masa pendekatan batin dengan saling menghormati berbagai aturan kemoralan yang ada dalam masyarakat dan Dhamma. Dengan demikian, keagungan serta keindahan masa pacaran ini akan dapat memberikan kenangan tersendiri ketika mereka telah menjadi suami istri nantinya.

Semoga penjelasan ini dapat dijadikan pedoman para generasi muda Buddhis dimanapun berada untuk dapat menentukan sikap bermoral di masa pacaran.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

24. Dari: **Lim Jumin**, Jakarta

Namo Buddhaya, Bhante

Saya membaca sebuah artikel di internet "The Great Chronicle of Buddhas" bahwa sebelum Buddha Sakyamuni sudah ada 24 orang Buddha sebelumnya. Pertanyaan saya:

1. Apakah para Buddha ini semuanya adalah Sammasambuddha atau ada yg Paccakka Buddha ?
2. Apakah / dimana ada informasi / riwayat yang lengkap tentang para Buddha ini di Tipitaka atau sumber lainnya ?
3. Apakah seorang Buddha bisa terlahir di alam lain selain alam manusia ?

Terima kasih.

Jawaban:

1. Seperti telah diketahui bersama bahwa dalam Buddha Dhamma dikenal adanya tiga jenis Buddha yaitu:

- a. *Sammasambuddha* : Mereka yang telah mencapai kesucian dengan usaha sendiri serta dapat mengajarkan Dhamma kepada semua makhluk.
- b. *Savakabuddha* : Mereka yang telah mencapai kesucian karena mendengar Dhamma ajaran seorang Sammasambuddha.
- c. *Paccakabuddha* : Mereka yang telah mencapai kesucian namun tidak mengajarkan Dhamma kepada siapapun juga.

Dari ketiga istilah di atas, pengertian 'Buddha' yang disebutkan keberadaannya sebelum Buddha Sakyamuni adalah para Sammasambuddha.

2. Informasi lengkap tentang keduapuluh empat Buddha sebelum masa Buddha Sakyamuni tersebut dapat dibaca dalam Tipitaka, Sutta Pitaka, Khuddakan Nikaya, Buddhavamsa.

Anda dapat membaca ringkasan uraian para Buddha tersebut di Samaggi Phala sebagai "Riwayat Para Buddha" yang pada intinya memuat penuturan Sang Buddha tentang kebulatan hati Beliau untuk menjadi Buddha, dan mengungkapkan riwayat dua puluh empat Buddha yang mendahuluinya.

Karena hingga saat ini masih belum diperoleh terjemahan uraian Sang Buddha tersebut dalam bahasa Indonesia, maka keterangan lengkap tentang riwayat para Buddha ini masih berupa ringkasan. Meskipun demikian, silahkan buka pada:

[http://www.samaggi-phala.or.id/tipitaka\\_dtl.php?cont\\_id=201](http://www.samaggi-phala.or.id/tipitaka_dtl.php?cont_id=201)

Namun, kisah enam Buddha diantaranya telah dapat dibaca dalam Samaggi Phala, Tipitaka, Sutta Pitaka, Digha Nikaya, Mahapadana Sutta yang terdapat pada:

[http://www.samaggi-phala.or.id/tipitaka\\_dtl.php?cont\\_id=173](http://www.samaggi-phala.or.id/tipitaka_dtl.php?cont_id=173)

Dalam sutta ini disebutkan tentang penjelasan Sang Buddha mengenai enam orang Buddha yang sebelumnya dan Beliau sendiri, mengenai masa-masa mereka muncul, kasta, susunan keluarga, jangka kehidupan, pohon Bodhi, siswa-siswa utama, jumlah pertemuan, pengikut, ayah, ibu, dan kota dengan sebuah khotbah kedua mengenai Buddha Vipassi dari saat Beliau meninggalkan surga Tusita hingga saat permulaan memberi pelajaran.

3. Dari berbagai kisah keberadaan para Buddha, kiranya telah tampak dengan jelas bahwa para Buddha SELALU terlahir di alam manusia, bukan di alam kehidupan yang lain. Semoga penjelasan tentang kisah para Buddha ini akan dapat menambah keyakinan para umat dan simpatisan Buddhis untuk selalu mempelajari serta melaksanakan Buddha Dhamma sehingga dapat mencapai kesucian sebagai Savakabuddha.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

25. Dari **Indra**, medan

Namo Buddhaya Bhante,

Saya ingin bertanya, apakah syarat kelahiran seorang manusia ?

Apakah manusia dapat lahir secara spontan ?

Bagaimana kelahiran seorang nabi yang terlahir dari seorang perawan apabila dipandang dari sudut agama Buddha ?

Kenapa ia bisa dilahirkan secara sepihak ?

Jawaban:

Proses kelahiran manusia menurut Dhamma diawali dari pembuahan sel telur (sel ibu) dengan sel sperma (sel ayah) dalam kandungan dibarengi datangnya kesadaran penerus. Kesadaran penerus ini adalah merupakan kelanjutan kehidupan makhluk yang baru saja meninggal. Oleh karena itu, manusia bukan terlahir spontan.

Sel sperma dan sel telur akan membentuk badan, sedangkan kesadaran penerus akan menjadi batin manusia yang akan dikandung dan dilahirkan tersebut.

Proses terjadinya kehamilan manusia ini dapat dibaca dalam Tipitaka, Sutta Pitaka, Majjhima Nikaya, Mahatanhasankhaya Sutta syair ke 27 yang terdapat pada :

[http://www.samaggi-phala.or.id/tipitaka\\_dtl.php?cont\\_id=696](http://www.samaggi-phala.or.id/tipitaka_dtl.php?cont_id=696)

Adapun kisah seorang perawan yang dapat mengandung sebenarnya telah terjadi beberapa kali seperti halnya yang pernah terjadi baru-baru ini di Eropa. Diceritakan dari sebuah sumber berita adanya seorang gadis berusia sekitar 10 tahun yang hamil tanpa adanya hubungan seksual sebelumnya. Setelah dilakukan penyelidikan mendalam oleh para ahli, ternyata terjadinya salah satu kasus langka ini karena indung telur seorang wanita yang seharusnya hanya menghasilkan sel telur dapat berubah fungsinya akibat pengaruh hormon tertentu. Fungsi indung telur yang telah berubah ini dapat

menghasilkan sel sperma juga. Dengan demikian, kehamilan seorang perawan mungkin saja terjadi karena pertemuan sel telur dan sel sperma yang dihasilkan sendiri dalam tubuhnya.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat untuk menambah pengetahuan tentang salah satu kasus langka yang ada di dunia ini.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

26. Dari: **Kus**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante,

1. Apakah Sang Buddha pernah mengatakan alasan untuk salah satu dari Atthasila, yaitu: Tidur di tempat yg rendah ?

2. Saya pernah membaca autobiography dari salah satu Forest Monk (Bhante Lee).

Disana disebutkan bhw kadang2 di dalam meditasinya Bhante Lee mendapatkan suatu "Vision".

Yang ingin saya tanyakan:

a. Jika seseorang sedang bermeditasi dan sedang dalam konsentrasi penuh, ketika vision tsb datang, bagaimana dengan konsentrasi penuh tsb. Apakah orang tsb bisa dibilang tidak lagi bermeditasi karena konsentrasinya terganggu oleh vision. Atau vision tsb tdk mengganggu konsentrasi si meditator.

b. Kadang kala kalau kita bermeditasi pikiran kita bisa menghayal sesuatu. Bagaimana kita bisa tahu kalau hal yg muncul di pikiran kita adalah suatu vision atau hanya pikiran kita saja yg sedang tidak terkonsentrasi.

Anumodana atas perhatian Bhante.

Jawaban:

1. Atthasila atau delapan latihan kemoralan yang biasa dilaksanakan umat Buddha pada saat uposatha adalah merupakan latihan kemoralan yang sudah ada sejak sebelum Pangeran Siddhattha Gotama dilahirkan. Hal ini dapat dibaca dari riwayat hidup Sang Buddha. Dikisahkan bahwa Ratu Maya mengucapkan janji uposatha sebelum beliau mengandung. Diterangkan bahwa janji uposatha ini adalah tekad melaksanakan atthasila yang biasa dilakukan oleh Ratu Maya.

Salah satu sila dari atthasila adalah tidak duduk dan berbaring di tempat yang tinggi dan mewah. Disebutkan dalam sebuah keterangan bahwa latihan ini timbul dari kebiasaan para bangsawan pada masa itu yang mempunyai tempat duduk dan tempat tidur lebih tinggi daripada yang dipergunakan oleh kebanyakan orang. Dengan demikian, berbaring di tempat yang rendah sebenarnya adalah bertujuan untuk melatih hidup sederhana.

Latihan ini juga membebaskan diri dari ketergantungan dengan fasilitas tidur yang nyaman. Latihan ini penting dilaksanakan karena tidak setiap saat di setiap tempat orang akan dapat tidur di tempat yang nyaman dan mewah tersebut.

2a. Ketika vision atau penampakan muncul pada saat seseorang sedang bermeditasi, maka ia dapat segera mengalihkan perhatiannya pada obyek semula. Dengan kembali memegang obyek semula, vision itu akan lenyap dan konsentrasi tetap terjaga.

Pelaku meditasi juga dapat menjadikan vision itu sebagai obyek meditasi yang baru dengan hanya menyadari keberadaan vision itu tanpa harus diikuti dengan rasa suka atau tidak suka. Ia hanya mengetahui dan menyadarinya. Dengan kesadaran ini, vision juga akan lenyap kembali.

Dengan demikian, vision dapat mengganggu pelaku meditasi apabila ia menjadi tertarik dengan vision tersebut sehingga melupakan obyek meditasinya. Namun, vision juga tidak akan mengganggu konsentrasi pelaku meditasi apabila ia dapat segera menarik perhatiannya pada obyek semula atau hanya menyadari kemunculan vision itu sebagai hal yang biasa dan alami. Semua ini sangat tergantung dari kemampuan pelaku meditasi menyadari berbagai hal yang timbul dalam batinnya.

2b. Pada tahap awal latihan meditasi, ada baiknya orang segera menyadari timbulnya vision dan langsung memusatkan kembali pada obyek meditasi yang telah dipilih, misalnya memperhatikan proses masuk dan keluarnya pernafasan.

Apabila pelaku meditasi telah berpengalaman atau mendapat bimbingan langsung dari orang yang sudah berpengalaman dalam meditasi, maka ia nantinya akan dapat membedakan antara vision ataupun hanya sekedar permainan pikirannya sendiri.

Semoga penjelasan singkat ini dapat bermanfaat untuk meningkatkan kualitas konsentrasi dalam bermeditasi.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

27. Dari: **Chandra**, Denpasar - Bali

Namo Buddhaya, Bhante.

Saya mempunyai beberapa pertanyaan, mohon petunjuk Bhante:

1. Apakah "manusia" menurut Sang Buddha hanya makhluk yg ada di planet Bumi saja? Karena jika benar, maka kemungkinan terlahir menjadi manusia amat sangatlah kecil ?
2. Bagaimanakah cara melepaskan kemelekatan selain dengan berdana ?

Terima kasih.

Jawaban:

1. Disebutkan dalam Dhamma bahwa kehidupan manusia di bumi ini hanyalah salah satu dari sedemikian banyak kehidupan di bumi-bumi yang lain yang tersebar di seluruh alam semesta yang tidak terbatas ini. Namun, kemungkinan satu makhluk terlahir sebagai manusia di bumi manapun juga memang sangat sulit.

Pernah diceritakan dalam Dhamma bahwa kecilnya kemungkinan terlahir sebagai manusia ini digambarkan sebagai debu yang menempel di kuku dibandingkan dengan sedemikian banyak debu yang ada di seluruh dunia. Oleh karena itu, diharapkan apabila suatu makhluk telah terlahir sebagai manusia, ia hendaknya tidak menyia-nyikan kehidupannya dengan selalu berbuat baik melalui badan, ucapan serta pikirannya. Dengan demikian, ketika ia telah meninggal sebagai manusia, berbagai kebajikannya itu akan membantunya terlahir di alam yang baik atau bahkan terlahir kembali di alam manusia untuk dapat lebih tekun melaksanakan Ajaran Sang Buddha sehingga ia mencapai kesucian serta tidak terlahirkan kembali di alam manapun juga.

2. Membebaskan batin dari kemelekatan dapat dicapai dengan memiliki pemahaman bahwa segala sesuatu yang ada adalah tidak kekal. Ada pertemuan pasti ada perpisahan. Memiliki sesuatu pasti akan kehilangan. Adanya kelahiran akan menyebabkan timbulnya kematian, demikian seterusnya.

Dengan pemahaman yang baik akan ketidakkekalan ini seseorang akan dapat menerima kenyataan apabila ia berpisah dengan segala hal yang dicintainya, demikian pula ketika ia bertemu dengan berbagai hal yang tidak disukainya. Dengan demikian, kemelekatan akan dapat dikurangi sedikit demi sedikit.

Semoga penjelasan singkat ini dapat memberikan manfaat dalam usaha mengurangi kemelekatan yang timbul karena adanya ketakutan, kebencian serta kegelapan batin.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

28. Dari: **Hermawan**, Medan

Namo Buddhaya.

1. Saya pernah membaca bahwa sebelum Bodhisatta turun dari Alam Dewa Tusita, Beliau telah memberikan mahkotanya kepada seorang Bodhisatta (saya lupa namanya), yang nantinya akan terlahir sebagai Buddha Metteya. Apakah hal itu, O Bhante, benar adanya ?

2. Dikatakan bahwa sebelum terlahir sebagai seorang Sammasambuddha, seorang Bodhisatta terlahir di alam dewa Tusita sebagai kelahirannya yang TERAKHIR SEBELUM mencapai Pencerahan Sempurna. Saya juga pernah membaca bahwa salah satu siswa Buddha Gotama adalah Bodhisatta yang akan menjadi Buddha Metteya kelak. Jika pernyataan pertama benar, berarti yang kedua pasti salah.

Jelaskanlah, O Bhante, mengenai hal ini.

Anumodana atas jawabannya

Jawaban:

1. Istilah 'memberikan mahkota' yang dilakukan di alam surga Tusita itu sebenarnya dapat dianggap sebagai lambang. Salah satu makna lambang ini adalah dengan mengandaikan bahwa di surga Tusita terdapat beberapa orang Bodhisatta yang akan terlahir ke dunia. Padahal, tidak setiap dunia selalu mempunyai kesempatan mendengar Dhamma dari seorang Sammasambuddha. Ada dunia yang sama sekali tidak mempunyai kesempatan menjumpai seorang Sammasambuddha. Ada dunia yang hanya mendapatkan seorang, dua orang Sammasambuddha. Dan, dunia yang kita huni saat ini dikisahkan mempunyai lima orang Sammasambuddha. Tiga Sammasambuddha telah terlahir sebelum Sammasambuddha Buddha Gotama yang AjaranNya masih berlangsung hingga saat ini. Namun karena proses ketidakkekalan, suatu saat nanti Ajaran Sang Buddha Gotama inipun akan dilupakan orang dan punah.

Setelah melalui proses panjang dan lama sekali, di dunia ini kemudian akan terlahir seorang Sammasambuddha yang lain yaitu Metteya. Buddha Metteya, seperti para Buddha yang lain, juga akan mengajarkan Empat Kesunyataan Mulia sehingga memberikan kesempatan kepada mereka yang melaksanakan AjaranNya mencapai

kesucian.

Pada masa berlakunya Ajaran Buddha Gotama ini dikisahkan Bodhisatta Metteya (Maitreya) masih berada di surga Tusita.

Pengertian adanya Sammasambuddha yang akan datang setelah punahnya Ajaran Buddha Gotama inilah yang mungkin menjadi inspirasi simbolik 'memberikan mahkota' seperti yang disebutkan dalam pertanyaan.

Dikisahkan seorang Bodhisattva selalu terlahir di surga Tusita sebelum Beliau terlahirkan sebagai manusia untuk mencapai kesucianNya. Hal ini disebutkan dalam Digha Nikaya 26 : Cakkavattisihanada-sutta bait ke 25.

Bait ini menceritakan kelahiran Buddha Metteyya atau Maitreya.

Untuk membaca secara lengkap, silahkan buka pada :

[http://www.samaggi-phala.or.id/tipitaka\\_dtl.php?cont\\_id=180](http://www.samaggi-phala.or.id/tipitaka_dtl.php?cont_id=180)

2. Dalam sutta yang disebutkan di atas memang disampaikan oleh Sang Buddha Gotama bahwa Sammasambuddha yang akan datang setelah Ajaran Buddha Gotama lenyap bernama Buddha Metteya atau Maitreya. Saat ini Bodhisatta Metteya dikisahkan masih berada di Surga Tusita. Bodhisattva ini TIDAK PERNAH disebutkan menjadi murid Sang Buddha Gotama.

Mungkin informasi yang menceritakan bahwa salah satu siswa Sang Buddha Gotama adalah calon Buddha Metteya tersebut adalah tidak benar.

Semoga penjelasan ini dapat dijadikan salah satu pedoman untuk meluruskan informasi tersebut.

Semoga selalu bahagia dalam pelaksanaan Buddha Dhamma.

Salam metta,

B. Uttamo

---

29. Dari: **Jozua**, Denpasar

Apakah ada orang (dukun / biksu) yang dapat mengetahui isi hati orang lain ?

Kalau dapat dengan cara apa ?

Tolong dijelaskan cara kerjanya.

Terima kasih.

Jawaban:

Seseorang (tidak harus dukun atau bhiksu) yang melatih meditasi tertentu memang mungkin saja ia akan memiliki kemampuan 'membaca' pikiran orang lain atau dalam pertanyaan disebut sebagai 'mengetahui isi hati orang lain'.

Hal ini dapat terjadi karena pikiran manusia adalah gelombang. Segala sesuatu yang dipikirkan seseorang sebenarnya dapat diterima gelombangnya oleh orang lain. Inilah sebabnya kadang seorang pemilik toko dapat timbul perasaan tidak enak ketika ia membuka tokonya di pagi hari. Ternyata, hari itu ia ditipu orang. Perasaan tidak enak itu bisa muncul dari gelombang pikiran jahat si penipu yang dapat ia rasakan namun tidak cukup jelas untuk dapat dihindari.

Demikian pula seorang bayi sering menangis gelisah ketika ada orang yang mempunyai niat jahat terhadap keluarganya. Hal ini terjadi karena pikiran bayi tersebut dapat

menerima gelombang buruk orang-orang yang bermaksud jahat itu.  
Seseorang yang berlatih memusatkan pikiran pada suatu obyek di saat berlatih meditasi apabila gelombang pikirannya telah sesuai dengan orang yang dimaksud, maka ada kemungkinan ia dapat 'membaca' pikiran orang tersebut. Dengan latihan rutin, orang itu akan dapat lebih cepat dan jelas 'membaca' pikiran orang yang ia inginkan.  
Semoga penjelasan ini dapat memberikan sedikit wawasan tentang proses 'membaca' pikiran orang lain.  
Semoga selalu bahagia.  
Salam metta,  
B. Uttamo

---

30. Dari: **Suryananda**, Denpasar

Namo Buddhaya Bhante,

Apakah tumbuh-tumbuhan termasuk makhluk hidup juga Bhante ? Mengingat tumbuh-tumbuhan juga berkembang biak, bernafas, dan juga makan, bahkan ada yang makan serangga ?

Terimakasih atas perhatiannya.

Jawaban:

Dalam Dhamma diterangkan bahwa tumbuhan adalah benda hidup walaupun ia mempunyai kualitas yang sama dengan makhluk hidup yaitu besar dan tumbuh dari makanan, terbatas hidupnya karena cuaca panas atau dingin yang berlebihan. Namun hal yang membedakan antara makhluk hidup dan benda hidup adalah NIAT. Niat ini juga yang menentukan suatu makhluk (bukan benda) hidup melakukan kamma dan memetik buah kamma sehingga ia terlahir kembali ke berbagai alam kehidupan.

Benda hidup seperti tanaman tidak pernah mempunyai niat untuk melakukan sesuatu. Aktifitas benda hidup terjadi karena kondisi. Ada bunga tertentu yang seolah dapat 'memakan' serangga. Hal itu dapat terjadi karena kondisi adanya protein serangga yang dapat dideteksi oleh bunga tersebut yang membuatnya segera menutup kelopaknya. Akibatnya serangga tersebut mati di dalamnya. Bunga tersebut sebenarnya tidak berniat melakukan pembunuhan pada serangga itu.

Dalam pengertian Buddhis, karena tumbuhan bukan termasuk makhluk hidup, maka tumbuhan tidak termasuk 31 alam kelahiran.

Dengan perkataan lain, tidak ada makhluk hidup yang terlahir kembali menjadi tumbuhan.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat untuk membedakan antara makhluk hidup dan benda hidup.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

31. Dari: **Wira**, Malang

Namo Buddhaya Banthe.

Saya mau tanya bagaimana pandangan Buddhis tentang para nabi.



Siapakah mereka ? Jika kita mengenal apa yang disebut sebagai Buddha, apakah mereka juga merupakan Buddha atau Paccekha Buddha atau apa Banthe.  
Mohon penjelasannya.

Jawaban:

Seseorang disebut sebagai Buddha atau Pacceka Buddha adalah orang yang telah mencapai pencerahan. Ia disebut demikian apabila batinnya telah terbebas dari ketamakan, kebencian serta kegelapan batin. Dengan demikian, selama seseorang masih memiliki ketiga akar perbuatan ini, ia belum bisa disebut seorang Buddha maupun Pacceka Buddha.

Jadi, para nabi yang telah terbebas dari ketamakan, kebencian dan kegelapan batin dapat pula disebut sebagai Buddha.

Semoga penjelasan ini dapat dijadikan pedoman untuk memberikan istilah 'Buddha' ataupun 'Pacceka Buddha' kepada para nabi.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

32. Dari: **Hilda**, Jakarta

Bhante,

Hari Vesak sudah mau datang sebentar lagi.

Bisakah Bhante ajarkan cara berpuasa dalam agama Buddha untuk menyambut Hari Vesak?

Terima Kasih, Bhante.

Jawaban:

Dalam tradisi Buddhis, berpuasa adalah merupakan salah satu dari delapan peraturan yang dikenal dengan Atthasila.

Disebut 'berpuasa' secara Buddhis adalah apabila seorang umat tidak makan lagi setelah lewat tengah hari atau setelah jam 12.00 siang. Jadi, selama melatih delapan sila, seorang umat dapat mengkonsumsi makanan pada pagi hari sekitar jam 07.00 dan jam 11.00.

Setelah tengah hari, ia hanya dapat minum beberapa jenis minuman saja, seperti air putih, teh maupun kopi.

Selain puasa makanan, seorang umat Buddha ketika melaksanakan delapan sila juga berpuasa kesenangan indriya. Jadi, ia hendaknya juga tidak menggunakan wewangian, perhiasan serta menikmati tarian maupun hiburan lainnya.

Menjelang Waisak seperti sekarang, para umat Buddha di berbagai tempat sibuk mengadakan kegiatan Sebulan Penghayatan Dhamma yang biasa disingkat SPD. Dalam kegiatan SPD ini, umat setiap hari datang ke vihara untuk mengikuti puja bakti, meditasi, mendengar dan diskusi Dhamma serta tentu saja mereka melaksanakan delapan sila.

Kegiatan yang dilakukan selama satu bulan penuh ini berakhir tepat pada saat peringatan Waisak.

Semoga keterangan singkat ini dapat memberikan manfaat.

Semoga bahagia.

Salam metta,

33. Dari: **Wilson Pandhika**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante.

Saya adalah seorang murid SMU yang baru mulai belajar Agama Buddha. Saya ingin menanyakan beberapa pertanyaan mengenai Agama Buddha. Semoga pertanyaan ini dapat membantu saya memperdalam Agama Buddha.

1. Menurut Agama Buddha, apakah tujuan kita diciptakan ?
  2. Apakah sang pencipta juga yang mengatur segala kehidupan di muka bumi ini ?
  3. Mengapa, setahu saya, Agama Buddha tidak menyembah Tuhan, meskipun tetap diakui keberadaannya ?
  4. Mengapa doa-doa Agama Buddha dalam bahasa Pali ataupun Sanskerta? Mengapa tidak diterjemahkan dalam Bahasa Indonesia ?
- Sekian dahulu pertanyaan bagi saya.

Sebelumnya saya ucapkan terima kasih atas segala jawaban Bhante.

Jawaban:

1. Dalam pengertian Dhamma, manusia bukanlah hasil penciptaan. Manusia adalah hasil suatu proses evolusi yang cukup panjang. Namun pengertian 'evolusi' yang dimaksudkan di sini tidak seperti yang diceritakan oleh tokoh evolusi dunia yaitu Charles Darwin. Adapun asal mula manusia dapat dibaca pada:

[http://www.samaggi-phala.or.id/naskahdamma\\_dtl.php?id=70&cont=ketuhanan1.html&path=naskahdamma/&multi=Y&hal=1&hmid=215](http://www.samaggi-phala.or.id/naskahdamma_dtl.php?id=70&cont=ketuhanan1.html&path=naskahdamma/&multi=Y&hal=1&hmid=215)

Karena manusia bukan hasil ciptaan, maka manusia mempunyai hak untuk merumuskan sendiri tujuan hidupnya.

Pada umumnya, manusia yang telah mengerti Ajaran Sang Buddha akan memiliki tiga tujuan hidup. Pertama, ia hendak mencapai kebahagiaan di dunia dengan kecukupan minimal empat kebutuhan pokoknya (pakaian, makanan, tempat tinggal, dan kesehatan). Selain itu, ia juga bertujuan untuk mendapatkan kebahagiaan setelah kehidupan ini yaitu terlahir di salah satu alam surga. Kebahagiaan surgawi ini diperoleh dengan melakukan berbagai kebajikan melalui badan, ucapan dan juga pikirannya. Akhirnya, manusia yang mengenal Dhamma bukan hanya ingin mendapatkan kebahagiaan duniawi dan surgawi saja, ia juga berusaha untuk mencapai kebahagiaan tertinggi yaitu Nibbana. Nibbana dapat dicapai ketika manusia mampu mengembangkan kesadaran secara total sehingga ia terbebas dari ketamakan, kebencian serta kegelapan batin. Nibbana dapat dicapai ketika seseorang masih hidup di dunia.

Contoh terbesar mereka yang telah mencapai Nibbana dalam kehidupan ini adalah Sang Buddha Gotama serta para murid Beliau yang telah mencapai kesucian.

2. Dalam pengertian Buddhis, dunia beserta isinya bukanlah ciptaan melainkan hasil proses yang saling berhubungan untuk waktu yang sangat lama. Proses sebab dan akibat ini sering disebut sebagai Hukum Alam.

Terdapat lima jenis Hukum Alam yaitu:

- a. Hukum Biji-bijian yaitu Hukum yang mengatur tumbuhnya pohon dari benih tertentu. Menanam benih padi akan menghasilkan padi. Seekor kuda akan beranakkan kuda.
  - b. Hukum Temperatur yang mengatur panasnya api, dinginnya es, adanya perubahan musim dsb.
  - c. Hukum Perbuatan yang menerangkan adanya kebahagiaan sebagai buah dari perilaku baik dan penderitaan sebagai akibat kejahatan.
  - d. Hukum Kekuatan Pikiran yang menjelaskan adanya kemampuan batin luar biasa yang dimiliki seseorang. Kemampuan batin ini misalnya mampu berjalan di atas air, menembus dinding, membaca pikiran orang lain dsb.
  - e. Hukum Dhamma yang menerangkan berbagai kondisi yang belum termasuk dalam keempat hukum alam lainnya seperti halnya gravitasi.
- Kelima Hukum Alam tersebut bukan diciptakan melainkan bekerja berdasarkan proses sebab dan akibat yaitu dengan adanya ini akan timbul itu, hilang ini akan hilang itu pula.

3. Konsep Ketuhanan Agama Buddha memang berbeda dengan berbagai pengertian tentang ketuhanan yang ada dalam masyarakat. Konsep Ketuhanan Agama Buddha dikenal dengan nama Nibbana.

Agar memperoleh penjelasan yang lebih lengkap tentang hal ini, silahkan baca pada:

[http://www.samaggi-phala.or.id/naskahdamma\\_dtl.php?id=70&cont=ketuhanan1.html&path=naskahdamma/&multi=Y&hal=1&hmid=215](http://www.samaggi-phala.or.id/naskahdamma_dtl.php?id=70&cont=ketuhanan1.html&path=naskahdamma/&multi=Y&hal=1&hmid=215)

4. Penggunaan bahasa Pali atau Sanskerta dalam upacara ritual Agama Buddha lebih dimaksudkan sebagai 'bahasa persatuan' antar umat Buddha dari berbagai penjuru dunia. Puja bakti dalam bahasa Pali, misalnya, akan dengan mudah diikuti oleh para umat dan bhikkhu dari berbagai bangsa sesama pengikut Ajaran Sang Buddha dengan tradisi India atau Theravada.

Selain itu, dengan tetap mempertahankan penggunaan bahasa Pali akan dapat menghindari adanya penyimpangan makna akibat proses penerjemahan ke dalam bahasa setempat.

Adapun para umat serta simpatisan Buddhis yang ingin mengetahui arti bacaan dalam bahasa Pali tersebut dapat segera menemukan terjemahannya yang biasanya ditulis pada buku yang sama.

Semoga penjelasan ini dapat memberikan manfaat dalam usaha memperdalam pemahaman akan Buddha Dhamma.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

34. Dari: **Mikaeru Shihojou**, Jakarta

Namo Buddhaya

Bagaimana kita bisa mendeteksi tujuan suatu tindakan yang kita tetapkan itu keliru atau benar adanya ?

Contohnya: Jika seseorang berusaha memenangkan perang hanya untuk tujuan memuaskan nafsu membunuh, itu sudah jelas salah, tapi bagaimana jika tujuannya membunuh adalah menyelamatkan negara ? Apakah itu benar ?  
Terima kasih sebelumnya.

Jawaban:

Benar atau salahnya tujuan suatu tindakan memang bisa menjadi relatif sifatnya. Akan tetapi untuk mendeteksi kebenaran tujuan itu hendaknya dapat mempergunakan SECARA BERSAMAAN SELURUH kriteria di bawah ini. Adapun kriteria tersebut adalah:

Suatu tindakan dapat dikatakan baik dan benar apabila:

1. Membahagiakan diri sendiri, dan
2. Membahagiakan fihak yang menjadi obyek perbuatan, dan
3. Membahagiakan banyak fihak yang terlibat, dan
4. Tindakan itu sesuai dengan Dhamma yaitu tidak melanggar asas kemoralan dan dapat dipergunakan untuk mengurangi ketamakan, kebencian serta kegelapan batin.

Dengan kriteria di atas tentunya sekarang dapat ditentukan bahwa tindakan membunuh untuk menyelamatkan negara hendaknya menjadi tindakan terakhir sebelum segala usaha musyawarah dan mufakat yang dilakukan menemukan jalan buntu.

Semoga empat kriteria ini dapat dijadikan pedoman untuk menentukan kebenaran tujuan suatu tindakan.

Semoga selalu bahagia dalam pelaksanaan Buddha Dhamma.

Salam metta,

B. Uttamo

---

35. Dari: **Paulin**, Padang

Namo Buddhaya Bhante,

1. Bhante, ada yang bilang, setelah berdana itu tidak boleh diingat terus, malah kalo bisa dianggap seperti angin lalu saja. Katanya kalo diingat terus itu namanya pamrih dan tidak akan membuahkan karma baik, dan menurut yang saya rangkum dari jawaban Bhante dari Forum Tanya Jawab ini, malah setelah berdana ini seseorang sebagusnya berpikir tuk melimpahkan jasa atau mengingat jasa yang telah dia perbuat itu, mana yang benar ?

2. Sewaktu seseorang hendak meninggal apa boleh dia berusaha untuk berpikir segala perbuatan baik yang telah dia lakukan ? Salah satu contohnya adalah berdana. Dan apakah seseorang pada waktu hendak meninggal itu bisa terpikir untuk memikirkan segala perbuatan baiknya ini merupakan hasil dari karma terdahulu juga ?

Anumodana atas jawaban Bhante.

Jawaban:

1. Idealnya memang setelah berbuat baik, seseorang hendaknya tidak lagi mengingat segala bentuk kebajikannya. Namun, selama manusia belum mencapai kesucian, batinnya pasti masih diliputi oleh ketamakan, kebencian serta kegelapan batin sehingga ia tidak mudah melupakan begitu saja kebaikan yang pernah dilakukan kepada orang lain. Oleh karena itu, agar orang selalu bersemangat untuk mengembangkan kebajikan, ia dapat saja

setelah berbuat suatu kebaikan kemudian ia merumuskan tekad agar kebajikannya tersebut berbuah dalam bentuk seperti yang ia harapkan. Kebajikan semacam ini memang bisa disebut sebagai kebajikan berpamrih. Namun, pamrih yang dimiliki tersebut tidak mengurangi jasa baik yang telah ia lakukan, apalagi disebut dengan 'tidak membuahkann kamma baik'. Pandangan ini tidak benar.

Hanya saja, semakin tinggi kualitas batin dan pemahaman orang itu akan kebenaran Hukum Kamma, maka semakin berkurang pula kebiasaannya merumuskan bentuk kebahagiaan yang diharapkan setelah ia melakukan suatu kebajikan. Ia akan menyadari sepenuhnya bahwa semua perbuatan baik yang telah dikerjakannya suatu saat pasti berbuah kebahagiaan.

Apalagi jika orang itu telah mengembangkan kesadaran secara maksimal pada setiap tindakan, ucapan maupun pikirannya, maka ia pun dapat terbebas dari ketamakan, kebencian serta kegelapan batin. Pada saat seseorang telah mencapai tahap kesempurnaan batin seperti ini, ia sama sekali tidak tertarik untuk mengharapkan kebahagiaan sebagai hasil dari perbuatan baiknya. Ia hanya melakukan kebajikan demi perbuatan baik itu sendiri. Ia melakukan kebajikan tanpa pamrih. Ia telah mencapai kesucian. Inilah puncak kebajikan yang harus dicapai secara bertahap.

Salah satu contoh tertinggi dalam tingkat pencapaian ini adalah Sang Buddha Gotama. Setelah Beliau mencapai kesucian pada usia 35 tahun, maka Beliau selama 45 tahun berikutnya, Beliau tidak lagi terikat oleh ketamakan, kebencian serta kegelapan batin. Beliau hanya melakukan suatu perbuatan demi perbuatan itu sendiri. Beliau telah terbebas sama sekali dari tindakan yang berpamrih.

2. Pikiran terakhir sesaat sebelum seseorang meninggal memang sangat menentukan alam kelahirannya yang akan datang. Apabila pada saat kritis itu terpikir olehnya tentang kebajikan, misalnya berdana, maka ada kemungkinan ia terlahir di alam bahagia atau surga. Sebaliknya apabila ia justru terpikir perbuatan buruknya, misalnya mencuri, maka mungkin saja ia terlahir di alam menderita. Oleh karena itu, telah menjadi kebiasaan dalam masyarakat untuk melakukan upacara ritual keagamaan kepada orang yang akan meninggal. Diharapkan dengan upacara ritual tersebut orang yang akan meninggal itu teringat berbagai kebajikan yang telah dilakukan selama ini sehingga ia terkondisi untuk terlahir di alam bahagia atau surga.

Kesempatan untuk mengingat berbagai kebajikan yang telah dilakukan sesaat sebelum seseorang meninggal ini adalah merupakan hasil kebiasaannya berbuat baik melalui badan, ucapan serta pikirannya selama ia masih hidup. Oleh karena itu, disarankan kepada para umat Buddha agar membiasakan diri melakukan berbagai bentuk kebajikan yang kesemuanya ini pasti akan memberikan manfaat pada saat seseorang akan meninggal nanti. Jadikanlah kerelaan, kemoralan dan konsentrasi sebagai kebiasaan serta gaya hidup setiap umat Buddha. Kebiasaan berbuat baik inilah yang akan mengkondisikan seseorang terlahir kembali di alam bahagia atau bahkan ada kemungkinan ia tidak terlahir di alam manapun juga ketika ia telah mencapai kesucian. Semoga penjelasan ini dapat menambah semangat untuk menumbuhkan kebiasaan berbuat baik.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

36. Dari: **Lim Seng**, Jakarta

Saya ingin menanyakan apakah umat Buddha mengenal hari-hari baik dan hari kurang baik (jelek), seperti biasanya orang-orang tua menganjurkan kita untuk tidak memulai sesuatu (seperti bekerja, membeli mobil, rumah, dll) pada hari Selasa, yang dianggapnya hari jelek.

Mohon tanggapan dari Bhante dan terima kasih.

Jawaban:

Tidak dapat disangkal bahwa cukup banyak bentuk kepercayaan maupun tradisi yang berkembang dalam suatu masyarakat. Salah satu di antaranya adalah kepercayaan akan hari baik dan hari buruk untuk memulai suatu usaha. Kepercayaan ini mungkin timbul karena adanya pengalaman baik maupun buruk yang dirasakan oleh leluhur atau nenek moyang pada hari tertentu tersebut.

Padahal dalam pengertian Dhamma, hari baik adalah hari pada saat seseorang mempunyai kesempatan untuk berbuat baik dengan badan, ucapan maupun pikirannya, sedangkan hari buruk adalah hari ketika seseorang telah melakukan perbuatan buruk atau jahat dengan badan, ucapan maupun pikirannya.

Dengan demikian, adanya hari baik maupun buruk sangat tergantung pada baik dan jahatnya perilaku seseorang, bukan tergantung pada hari tertentu tersebut.

Meskipun demikian, umat Buddha yang belum benar-benar memahami bekerjanya Hukum Kamma yang pada prinsipnya menyatakan bahwa suka dan duka kehidupan ini adalah sebagai hasil perbuatan sendiri, ia boleh saja mempercayai adanya hari baik dan buruk ini sejauh semuanya dilakukan dengan bijaksana. Selain itu, ia hendaknya juga selalu sadar bahwa kepercayaan akan hari baik dan buruk itu bukanlah merupakan bagian dari Agama Buddha.

Semoga penjelasan singkat ini dapat meningkatkan keyakinan akan kebenaran Hukum Kamma.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

37. Dari: **Vee**, Tangerang

Namo Buddhaya Banthe,

Saya ingin bertanya mengenai batas-batas berpacaran dalam Agama Buddha, karena saya seringkali melihat anak muda jaman sekarang dgn gaya berpacaran ala 'Barat' walau mungkin tidak sampai melakukan free sex.

Yang disebut melanggar Pancasila Buddhis "kamesu micacara" itu seperti apa, selain melakukan hubungan sex diluar nikah ?

Terima kasih atas perhatiannya.

Jawaban:

Masa pacaran sesungguhnya menjadi masa indah untuk calon pasangan hidup saling mengenal watak serta pribadi pasangannya. Dengan masa pacaran yang baik dan

bijaksana, diharapkan rumah tangga yang terbentuk nantinya dapat pula menjadi rumah tangga yang harmonis dan berbahagia.

Di masa pacaran, pasangan hendaknya dapat berusaha saling menghormati dan saling mengerti sehingga terjadi komunikasi yang baik diantara mereka.

Pelaksanaan latihan kemoralan di masa pacaran khususnya sila ketiga Pancasila Buddhis dapat dilakukan dengan baik apabila setiap umat Buddha mengerti tentang organ seksual yang berpotensi menimbulkan pelanggaran sila ketiga yaitu menghindari perzinahan.

Adapun organ seksual yang dimaksudkan dalam sila ini adalah mulut, alat kelamin dan anus.

Dengan demikian, penggunaan salah satu atau lebih dari organ seksual ini, misalnya berciuman bibir di masa pacaran sebenarnya dapat digolongkan sebagai pelanggaran sila ketiga, begitu pula melakukan hubungan seksual sebelum dilaksanakan upacara pernikahan.

Dengan penjelasan singkat ini, semoga para umat Buddha di masa pacaran dapat makin menjaga sikap dan kehormatannya sehingga semuanya dapat menjalani masa pengenalan watak ini dengan baik tanpa harus menjadikannya sebagai masa pengenalan lekuk-liku tubuh kekasihnya.

Semoga jawaban ini dapat dijadikan dasar pegangan moral di masa pacaran.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

38. Dari: **Joni**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante,

Belakangan ini saya terpaksa berbohong kepada papa saya agar saya dapat pergi ke vihara. Papa saya tidak terlalu suka kalau saya sering pergi ke vihara. Tapi kebohongan saya tidak 100% artinya apabila saya ditanya hendak pergi kemana, saya menjawab ke rumah teman saya, maka sebelum atau sesudah dari vihara saya memang benar pergi ke rumah teman saya.

Apakah yang saya lakukan salah? Atau Bhante punya cara yg lebih baik agar saya dapat tetap ke vihara tanpa menyakiti papa saya.

Terima kasih Bhante.

Jawaban:

Mempunyai orangtua yang kurang pengertian tentang manfaat ke vihara memang cukup menimbulkan permasalahan rumit.

Di satu sisi, anak ingin ke vihara sedangkan di sisi lain, ia harus dapat mencegah omelan bahkan kemarahan orangtua apabila mereka mengetahui anaknya ke vihara.

Namun, masalah ini hendaknya jangan dijadikan alasan untuk melakukan kebohongan kepada orangtua. Kebohongan, walaupun dilakukan dengan terpaksa adalah tetap merupakan kamma buruk meski tidak terlalu besar nilainya.

Oleh karena itu, daripada berbohong agar dapat pergi ke vihara lebih baik sebagai anak berusaha mengetahui penyebab orangtua tidak suka anaknya pergi ke vihara. Setelah mengetahui penyebabnya, maka berusahalah menyakinkan orangtua bahwa sebagai anak tidak akan melakukan hal yang mereka kuatirkan tersebut.

Selain itu, ada baiknya mengkondisikan orangtua mempunyai pengertian yang benar akan Buddha Dhamma dengan memutar kaset ceramah Dhamma di rumah atau di mobil selama melakukan perjalanan sehingga orangtua 'terpaksa' mendengarkan Dhamma. Jika salah satu topik ceramah Dhamma tersebut kebetulan sesuai dengan yang mereka harapkan, maka ada kemungkinan mereka akan lebih bijaksana dalam menyikapi kepergian anaknya ke vihara. Mungkin mereka lebih mudah memberikan ijin anaknya mengikuti berbagai kegiatan di vihara.

Selain mengkondisikan mereka mendengar ceramah Dhamma, ada baiknya pula meletakkan berbagai buku Dhamma yang berisikan penerapan Buddha Dhamma dalam kehidupan sehari-hari dan manfaat ke vihara di tempat mereka biasa duduk lama di dalam rumah. Dengan demikian, mungkin mereka akan membaca salah satunya. Dengan membaca buku-buku Dhamma tersebut mereka akan bertambah pengertiannya pada keluhuran serta manfaat Ajaran Sang Buddha untuk kehidupan sehari-hari. Mereka secara bertahap akan semakin menyadari bahwa Buddha Dhamma bukan hanya berisikan doa serta ritual keagamaan saja, melainkan banyak cara yang diajarkan oleh Sang Buddha untuk mencapai kebahagiaan dalam hidup ini.

Memberikan pengertian yang benar kepada orangtua dapat pula dilakukan dengan meminta bantuan kepada orang yang dipercaya dan didengar ucapannya oleh orangtua. Dengan saran dan masukan dari orang itu, diharapkan orangtua akan lebih memahami manfaat anaknya ke vihara serta memberikan ijin anaknya untuk melakukan berbagai kegiatan di vihara.

Meskipun demikian, sebaiknya anak berangkat ke vihara setelah menyelesaikan terlebih dahulu berbagai kegiatan dan tugas yang ada di rumah. Dengan demikian, orangtua tidak merasa kepergian anak ke vihara sebagai 'pelarian' atau usaha menghindari berbagai tugas dan tanggung jawab yang telah diberikan orangtua kepada anaknya.

Semoga saran singkat ini dapat dijadikan renungan untuk mengatasi masalah rumit dalam keluarga tanpa harus membohongi orangtua.

Semoga segala keputusan yang dibuat dapat menimbulkan kebahagiaan dan manfaat untuk kedua belah pihak.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

39. Dari: **Hendry**, Medan

Namo Buddhaya.

Bhante, apakah kita boleh mengucapkan mantra ataupun paritta di dalam kamar tidur kita sebelum kita tidur ?

Pengucapan 'Namo Amitabha' secara berulang-ulang dimana saja apakah diperbolehkan ?

Meskipun kita sedang mandi ?

Terima kasih.

Jawaban:

Membiasakan diri mengucapkan mantra atau paritta sebelum tidur adalah merupakan kebiasaan yang sangat baik. Kebiasaan ini termasuk kamma baik melalui pikiran dan perbuatan. Lebih-lebih lagi apabila mantra itu diucapkan dengan bersuara, maka



kebiasaan ini juga sekaligus menjadi kamma baik melalui ucapan. Pembacaan mantra atau paritta sebenarnya dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja. Paritta atau mantra dapat dibaca secara bersuara lirih maupun hanya dalam batin ketika sedang bekerja, dalam perjalanan dan bahkan di kamar mandi. Semua tindakan ini tetap mengkondisikan seseorang yang membaca paritta tersebut melakukan kamma baik dengan badan, ucapan dan juga pikirannya.

Adapun tentang larangan membaca mantra tertentu seperti yang disebutkan dalam pertanyaan hendaknya ditanyakan sendiri kepada para pemuka Agama Buddha yang menganjurkan membaca mantra tersebut. Seperti telah diketahui bersama, kadang ada aturan tertentu yang melarang suatu mantra dibaca di sembarang tempat. Kalau seseorang mengikuti hal itu, maka ia pun harus bersedia menerima segala konsekuensi logisnya.

Adapun menurut Agama Buddha aliran India atau lebih dikenal sebagai Theravada, seseorang bisa saja selalu mengisi waktu luangnya untuk melakukan kebajikan dengan sering mengucapkan secara lirih maupun dalam batin kalimat : SEMOGA SEMUA MAHLUK BERBAHAGIA. Pengulangan kalimat ini dapat dilakukan di manapun ia sedang berada: di tempat tidur, di kamar mandi, dan juga di tempat-tempat lainnya.

Semakin sering ia mengucapkan kalimat yang luhur ini, semakin banyak pula kamma baik yang ia tambahkan melalui badan ucapan dan pikirannya. Banyaknya kamma baik tersebut akan mengkondisikan kebahagiaan yang akan dialaminya dalam kehidupan ini maupun kehidupan yang selanjutnya.

Semoga penjelasan ini dapat dijadikan pedoman untuk membaca mantra di setiap waktu di setiap tempat ketika seseorang sedang tidak sibuk.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

40. Dari: **Natalia**, Surabaya

Bhante, saya mempunyai 2 pertanyaan :

1. Setahun yang lalu saya kehilangan salah satu orang tua saya (mama). Pada waktu itu saya tidak mau menangis soalnya menurut beberapa orang kalau kita menangis akan memperberat kepergian orang yang kita cintai. Tapi seiring dengan berlalunya waktu saya semakin hari semakin terasa berat. Hal-hal sepele saja bisa membuat saya menangis teringat beliau.

Misalnya pada waktu teman2 saya bercerita mengenai orang tuanya maka saya merasa iri karena orang tua nya masih ada.

Bagaimana mengurangi / menghilangkan keterikatan terhadap orang tua saya ? (ditambah lagi papa saya sekarang berencana akan menikah lagi)

2. Saya bukan seorang Buddhis tapi teman2 dekat serta pacar saya seorang Buddhis. Saya pernah mengikuti salah satu Dhammadesana Bhante di salah satu vihara yang ada di Surabaya. Katanya kalau satu pasangan mau menikah lebih baik keyakinannya SAMA karena akan membantu mempermudah dalam mendidik anak.

Kalau misalnya kasusnya seperti saya berbeda agama dengan pacar saya apakah harus ada salah satu yang pindah agama ?

Pada awalnya di antara kami tidak ada yang mau mengalah untuk pindah dan kalau semisalnya sekarang saya mau pindah agama ke Agama Buddha, pertimbangan apa saja

yang sekiranya saya perlukan untuk memperkuat keyakinan saya ? Mengingat saya berpacaran dengannya sudah 4 tahun.  
Sebelumnya, terima kasih atas jawaban yang diberikan.

Jawaban:

1. Kepergian orangtua untuk selamanya atau lebih dikenal sebagai 'meninggal dunia' memang merupakan hal yang menyedihkan. Kesedihan yang sangat mendalam ini dapat timbul karena dalam kehidupan seseorang, ia hanya sekali saja mempunyai orangtua kandung. Walaupun mungkin ia akan mempunyai ibu atau ayah tiri, mereka sebenarnya hanya menggantikan kedudukan sebagai ayah atau ibu. Mereka tidak mungkin dapat menggantikan fungsi sebagai ayah atau ibu kandung.

Menghadapi masalah seperti yang disebutkan dalam pertanyaan, seseorang hendaknya berusaha menerima kenyataan bahwa ia sudah tidak lagi mempunyai ibu, namun sesungguhnya ia masih memiliki ayah kandung. Oleh karena itu, daripada ia merasa sedih atas kepergian sang ibu, ia lebih baik mengisi kehidupan ini dengan selalu berusaha membahagiakan ayah kandung yang masih dimilikinya. Apalagi sebentar lagi ia pun akan mempunyai seseorang sebagai ibu tiri. Dengan demikian, tentunya rasa iri hati kepada mereka yang masih lengkap orangtuanya akan bisa dikurangi. Selain itu, hendaknya ia juga merenungkan adanya orang-orang yang lebih menderita daripada dirinya sendiri karena mereka tidak mengenal orangtuanya sejak lahir seperti mereka yang tinggal di panti asuhan yatim piatu. Jadi, seseorang hendaknya selalu melihat secara netral segala suka dan duka yang dialaminya. Ia hendaknya tidak hanya membandingkan kondisinya dengan mereka yang lebih bahagia, melainkan ia hendaknya juga membandingkan dengan mereka yang kondisinya lebih menderita.

Sebagai renungan, disebutkan dalam sebuah pepatah kuno : "Jangan engkau menyesali diri sendiri karena tidak memiliki sepasang sepatu. Dalam hidupmu, engkau akan sering berjumpa dengan mereka yang bahkan tidak mempunyai kaki sama sekali."

2. Hidup bahagia bersama sebagai suami istri dapat dicapai apabila pasangan dapat mempertemukan berbagai kesamaan diantara mereka. Semakin banyak kesamaan yang mereka miliki bersama, semakin bahagia pula rumah tangga yang dibentuk. Paling tidak, terdapat empat kesamaan yang pernah disampaikan oleh Sang Buddha agar rumah tangga berbahagia. Adapun keempat kesamaan itu adalah kesamaan keyakinan atau agama, kesamaan kemoralan, kesamaan kedermawanan dan juga kesamaan kebijaksanaan.

Dengan adanya kesamaan agama, misalnya, rumah tangga cenderung lebih harmonis karena pasangan akan mempunyai sikap yang serupa dalam memecahkan permasalahan. Sebagai contoh, masalah pendidikan anak. Karena suami istri sama agamanya, pendidikan anak dapat segera diarahkan sesuai dengan yang mereka inginkan, tanpa harus didahului dengan perdebatan berkepanjangan tentang penentuan agama anak tersebut.

Oleh karena itu, disarankan untuk pasangan beda agama yang masih dalam masa pacaran, sebaiknya mereka menyelesaikan terlebih dahulu masalah perbedaan agama tersebut sebelum mereka menetapkan sikap untuk melanjutkan hubungan mereka ke tahap perkawinan. Apalagi dalam Undang Undang Perkawinan yang berlaku di Indonesia, peraturan tersebut lebih cenderung diperuntukkan bagi pasangan yang sama agama. Adapun untuk lebih memahami dan meyakini Ajaran Sang Buddha, seseorang hendaknya dapat memulainya secara bertahap :

- a. Sebaiknya lebih sering mengikuti puja bakti, ceramah Dhamma dan juga diskusi Dhamma yang diselenggarakan di berbagai tempat agar wawasan pengertian Dhamma dapat ditingkatkan. Usaha memperluas wawasan ini juga bisa diperoleh dengan banyak membaca buku Dhamma maupun mendengarkan kaset uraian Dhamma yang banyak tersebar dalam masyarakat.
  - b. Berusahalah sedikit demi sedikit melaksanakan kerelaan, kemoralan dan konsentrasi dalam kehidupan sehari-hari. Sesungguhnya, Ajaran Sang Buddha bukan hanya sekedar ilmu pengetahuan umum ataupun kepercayaan membuta saja, Buddha Dhamma harus dilaksanakan oleh mereka yang mempercayainya agar mereka mendapatkan kebahagiaan. Dengan melaksanakan Ajaran Sang Buddha, seseorang akan memperoleh kebahagiaan dalam kehidupan ini, kebahagiaan dalam kehidupan yang akan datang, dan bahkan kebahagiaan sempurna ketika ia telah terbebas dari kelahiran kembali.
  - c. Berusahalah untuk mengerti dengan baik tentang Empat Kesunyataan Mulia yang pada intinya menguraikan sebab-sebab timbulnya ketidakpuasan yang ada dalam kehidupan ini serta cara-cara mengatasi ketidakpuasan tersebut.
  - d. Lakukanlah perenungan yang mendalam dibarengi dengan diskusi Dhamma dengan orang yang mengerti tentang Hukum Perbuatan atau lebih dikenal sebagai Hukum Kamma. Pemahaman akan Hukum Kamma menjadikan seseorang mampu menerima dan mengatasi segala bentuk suka duka kehidupan ini.
- Tentu saja masih banyak hal lain yang dapat dilakukan untuk meningkatkan keyakinan seseorang pada Buddha Dhamma. Namun, paling tidak, beberapa hal yang telah disebutkan di atas dapat membantu memenuhi harapan yang dimiliki selama ini. Semoga dengan pemahaman dan pelaksanaan Buddha Dhamma yang telah dimiliki akan dapat menjadi bekal kehidupan berumah tangga yang akan dibangun.

Semoga demikianlah adanya.

Salam metta,

B. Uttamo

---

41. Dari **Hasni** - OBM Beijing, Beijing

Bhante, apakah dalam bumi ( yang kita tempatkan sekarang ) dari terbentuknya berupa gas - (sampai masa kehidupan Dinosaurius) - sampai masa tercapainya Bodhisatva Gotama menjadi Buddha, juga terdapat Buddha Kakusandha, Buddha Konagamana, dan Buddha Kassapa ?

Apakah kehidupan Buddha-Buddha di atas sebelum atau sesudah zamannya Dinosaurius ?

Dan bagaimana bentuk dan teknologi manusia pada saat setiap Buddha di atas ?

Terima kasih.

Jawaban:

Disebutkan dalam salah satu bagian Kitab Suci Agama Buddha, Tipitaka yang sekaligus juga menjadi sumber pengetahuan Dhamma para umat Buddha adanya lima Sammasambuddha yang sudah dan akan terlahir di bumi yang ditempati oleh manusia sejak bumi ini terbentuk sampai dengan saat kiamat nanti. Sang Buddha Gotama adalah Buddha keempat setelah Buddha Kakusandha, Buddha Konagamana dan Buddha Kassapa. Adapun Sammasambuddha kelima yang akan lahir di bumi ini adalah Buddha Metteya atau Maitreya. Beliau akan terlahir ke dunia ini apabila Ajaran Sang Buddha

Gotama telah dilupakan orang atau punah.

Dalam Tipitaka hanya diceritakan keberadaan serta Ajaran para Sammasambuddha tersebut tanpa menjelaskan hubungan para Sammasambuddha dengan keberadaan Dinosaurius maupun berbagai bentuk teknologi manusia saat Beliau hidup. Hal ini karena Tipitaka lebih menekankan kesamaan Ajaran para Buddha tersebut yaitu Empat Kesunyataan Mulia. Ajaran para Buddha ini menguraikan asal mula ketidakpuasan serta cara mengatasinya yang dikenal dengan Jalan Mulia Berunsur Delapan. Apabila seseorang melaksanakan Jalan Mulia ini dengan sungguh-sungguh maka ia akan terbebas dari ketamakan, kebencian serta kegelapan batin. Ia yang telah terbebas dari ketiga akar perbuatan ini disebut orang yang telah mencapai kesucian dan ia terbebas dari kelahiran kembali. Ajaran Sang Buddha Gotama yang telah dibabarkan selama 45 tahun ini kemudian ditulis dalam lebih dari 40 jilid buku yang berisikan 84 ribu pokok Dhamma. Puluhan ribu pokok Dhamma ini tidak termasuk kisah keberadaan Dinosaurius maupun perkembangan teknologi manusia pada saat itu karena kesemuanya itu dianggap tidak mendukung proses seseorang mencapai kesucian.

Seluruh isi Tipitaka yang merupakan sabda Sang Buddha itu sering digambarkan sebagai 'segenggam daun' dibandingkan dengan banyaknya seluruh daun yang ada di sebuah hutan. Artinya, Tipitaka hanya berisi sebagian tuntunan yang dapat dijadikan pedoman hidup untuk mencapai kebahagiaan disamping sedemikian banyak tuntunan dan pengetahuan lain yang tidak terbatas.

Semoga penjelasan ini dapat menimbulkan pengertian tidak adanya pembahasan tentang perkembangan teknologi maupun kisah keberadaan Dinosaurius dalam Kitab Suci Agama Buddha, Tipitaka. Tipitaka cukup banyak menguraikan cara untuk mengendalikan perilaku badan, ucapan serta pikiran.

Semoga jawaban ini memberikan manfaat dan kebahagiaan.

Salam metta,

B. Uttamo

---

42. Dari **Andy**, Jkt

Namo Buddhaya.

Apakah kita ikut bertanggung jawab untuk menasehati orang lain yg kita anggap melakukan perbuatan yg kurang benar atau bertentangan dengan Dhamma ?

Contoh kasus : Seorang anak yg sering memarahi orang tuanya.

Apabila kita memilih untuk tidak campur tangan, apa konsekwensi nya dari sisi pandang Agama Buddha ? Apakah kita termasuk melakukan karma buruk ? Apakah menjadi tanggung jawab kita untuk terus menerus menasehati orang tersebut, atau menasehati pada awalnya, tetapi kemudian membiarkan saja dia menerima sendiri karma dari perbuatannya ?

Apakah ada contoh kasus atau Dhamma yg berkaitan / mirip dengan contoh di atas ?

Terimakasih.

Jawaban:

Manusia dalam hidupnya bertindak sebagai mahluk individu sekaligus mahluk sosial. Sebagai mahluk individu, ia berhak dan bebas menentukan sikap untuk mencapai kebahagiaannya sendiri. Sedangkan sebagai mahluk sosial, ia perlu berperanserta

terhadap lingkungannya agar mencapai kebahagiaan bersama. Seseorang yang bijaksana akan mampu menentukan saat yang tepat untuk dirinya bertindak sebagai makhluk individu ataupun makhluk sosial. Orang bijaksana seperti inilah yang dapat membahagiakan diri sendiri sekaligus lingkungannya sehingga ia mudah diterima dengan baik oleh masyarakat sekitarnya.

Sebagai makhluk individu, seseorang tidak harus memberikan nasehat kepada orang lain tentang perilaku dia yang dianggap tidak benar. Namun, sebagai makhluk sosial, ada baiknya seseorang juga ikut memperhatikan dan memperbaiki kualitas hidup lingkungannya dengan memberikan nasehat kepada mereka yang memerlukannya. Nasehat ini tidak harus berkesan menggurui orang lain.

Dengan memiliki perhatian dan sedikit campur tangan untuk menasehati mereka yang membutuhkannya, ia telah dapat disebut melakukan kamma baik jika memang perbuatan ini didukung dengan tujuan yang baik pula. Sebaliknya, ia juga berhak hanya untuk berdiam diri saja dan tidak campur tangan ketika melihat kekurangan perilaku orang-orang di sekitarnya. Orang yang bersikap tidak ingin campur tangan ini dikatakan sebagai orang yang telah hilang kesempatan untuk berbuat baik. Namun, apabila ia tidak campur tangan dan bahkan berbahagia atas keburukan orang lain, maka orang seperti inilah yang disebut sebagai orang yang telah melakukan kamma buruk.

Salah satu contoh yang mirip dengan masalah yang diuraikan dalam pertanyaan di atas adalah sikap seseorang ketika menemukan kecelakaan lalu lintas. Pada saat melihat korban kecelakaan, seseorang akan mempunyai, paling sedikit, tiga kemungkinan sikap dan keputusan.

Ketiga sikap itu adalah :

1. Ia berusaha menolong korban kecelakaan tersebut dengan niat yang baik dan tulus. Perbuatan ini adalah kamma baik.
2. ia tidak ikut campur dalam usaha menolong para korban. Dalam hal ini, ia telah kehilangan kesempatan berbuat baik.
3. Ia tidak ikut campur dalam usaha pertolongan dan bahkan ia berbahagia melihat para korban kecelakaan. Sikap ini adalah termasuk kamma buruk.

Dengan memperhatikan ketiga kemungkinan sikap tersebut, semoga hal ini dapat dijadikan pertimbangan untuk memutuskan suatu sikap positif dalam menghadapi berbagai kejadian di lingkungan masing-masing.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

43. Dari: **Soni**, Karawang

Namo Buddhaya Bhante.

Saya mempunyai masalah dengan diri saya. Saya merasa pikiran saya kacau dan mudah terbawa omongan orang lain. Saya sudah mencoba bermeditasi tapi terkadang terlintas kejadian yang lalu muncul, bayangan2, dsb. Juga terkadang rasa pegal, sakit itu muncul.

Saya ingin bertanya :

Apa kiat-kiat agar pikiran ini menjadi tenang ?

Bagaimana bermeditasi yang benar bagi pemula seperti saya ?

Objek apa yang harus saya ambil agar mudah dalam melakukan meditasi ?  
Atas jawaban Bhante, saya ucapkan terima kasih.

Jawaban:

Adalah tindakan yang tepat untuk berlatih meditasi agar seseorang dapat mengatasi pikiran yang sering kacau. Dan sudah menjadi hal yang wajar pula apabila dalam latihan meditasi, seseorang pada mulanya merasa pegal secara fisik. Secara batin, ia agak sulit memusatkan pikiran pada obyek meditasi yang telah ditentukan sebelumnya. Obyek meditasi yang dipilih biasanya adalah memperhatikan proses masuk dan keluarnya pernafasan yang berlangsung secara alamiah sejak lahir sampai saat meninggal nanti. Titik konsentrasi dapat dipusatkan pada ujung hidung atau perut bagian atas yang bergerak naik turun secara alamiah seiring dengan masuk keluarnya udara saat bernafas. Pada saat bermeditasi, apabila pikiran memikirkan hal lain, pelaku meditasi hendaknya segera menyadari hal ini dan berusaha secepatnya mengembalikan perhatian pikiran pada obyek meditasi. Usaha memusatkan pikiran pada obyek ini hendaknya dilakukan terus menerus sehingga menjadi suatu ketrampilan berpikir.

Agar pada saat bermeditasi seseorang mampu lebih cepat memusatkan perhatian, ia haruslah berlatih secara rutin dan disiplin. Latihlah meditasi paling tidak dua kali sehari dengan lama setiap duduk bermeditasi sekitar 15 menit sampai dengan 30 menit atau lebih lama lagi. Dengan latihan rutin, pelaku meditasi secara bertahap akan semakin mudah memusatkan pikiran sehingga tidak kacau. Lebih-lebih apabila ia juga berusaha untuk berlatih meditasi bersama di vihara terdekat yang memiliki kegiatan semacam itu. Semangat meditasi juga akan dapat terus ditingkatkan apabila ia menemukan orang yang dapat diajak berkonsultasi tentang berbagai pengalaman meditasi yang telah dilewatinya. Dengan bimbingan yang baik, kemampuan berkonsentrasi dalam bermeditasi semakin meningkat, batin menjadi tidak kacau dan sikap hiduppun berubah secara perlahan. Ia akan lebih mempunyai prinsip sehingga tidak lagi mudah terbawa omongan orang lain. Semoga dengan keterangan singkat tentang meditasi dan obyeknya ini akan dapat membantu meningkatkan semangat dalam berlatih meditasi secara rutin dan disiplin. Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

44. Dari: **Jong Hengky**, Jakarta

Namo Buddhaya,

Bhante..., saya baru saja mengikuti pembekalan untuk wisudi upasaka. Saya ada beberapa hal yang ingin ditanyakan.

1. Apakah perbedaan antara wisudi tisarana dgn wisudi upasaka / upasika ?
2. Dikatakan pula Tisarana kepada Buddha di 3 masa : lampau, sekarang, yang akan datang.

Mohon Bhante bisa memberikan informasi ttg Buddha di masing2 masa.

3. Aryasangha dibagi atas 2 : Arahat dan Bodhisatva.

Apakah beda antar keduanya.

Terima kasih Bhante.

Jawaban:

1. Visudhi atau sering disamakan dengan upacara 'baptis' dalam agama lain telah ada sejak jaman Sang Buddha. Saat Beliau selesai berpuasa selama tujuh minggu setelah mencapai kesucian di tahun 588 SM, pada hari ke 50 datanglah dua orang pedagang bernama Tapussa dan Bhallika untuk mempersembahkan makanan kepada Beliau. Setelah Sang Buddha makan, kedua orang itu memohon Beliau menerima mereka sebagai pengikutnya. Mereka kemudian diterima oleh Sang Buddha sebagai upasaka pertama di dunia di masa Sammasambuddha Gotama yang berlindung pada Buddha dan Dhamma saja karena pada saat itu Sangha belum terbentuk.

Tampaknya peristiwa penting tersebut menjadi dasar timbulnya tradisi upacara visudhi upasaka (umat pria) atau upasika (umat wanita) di beberapa negara tertentu, termasuk Indonesia. Pada prinsipnya, visudhi upasaka upasika adalah menyatakan tekad menjadikan Tisarana yaitu Buddha, Dhamma dan Sangha sebagai pelindung. Oleh karena itu, menjawab pertanyaan pertama, visudhi upasaka upasika dapat dikatakan sama dengan visudhi Tisarana.

2. Dalam pengertian Dhamma, Tisarana terdiri dari Buddha, Dhamma dan Sangha yang telah muncul sebanyak empat kali di bumi ini. Tidak pada setiap bumi terlahir seorang Sammasambuddha, namun, di bumi ini pernah terlahir empat Sammasambuddha yaitu Sammasambuddha Kakussadha, Sammasambuddha Konagamana, Sammasambuddha Kassapa dan Sammasambuddha Gotama. Setiap Sammasambuddha selalu mengajarkan Dhamma yang sama pula yaitu Empat Kesunyataan Mulia. Para murid yang mencapai kesucian setelah melaksanakan Dhamma ajaran masing-masing Sammasambuddha dapat disebut sebagai Ariya Sangha. Sedangkan kelompok para murid yang menjadi bhikkhu dan berjumlah paling sedikit empat orang disebut sebagai Sammutti Sangha. Adanya, tiga faktor yaitu Sammasambuddha, Dhamma (Ajaran) dan Sangha (murid) itulah menjadi dasar terbentuknya Tisarana atau Tiga Perlindungan. Apabila Ajaran Sammasambuddha Gotama nantinya telah dilupakan orang, maka pada saat itu lahirlah Sammasambuddha Metteya atau Maitreya yang juga akan mengajarkan Dhamma yang sama yaitu Empat Kesunyataan Mulia. Beliau juga akan mendirikan Sangha yang terdiri dari mereka yang telah mencapai kesucian maupun para bhikkhu sebagai kelompok. Oleh karena itu, Tisarana bukan hanya menjadikan Sammasambuddha di masa lalu, sekarang maupun yang akan datang sebagai pelindung, melainkan Dhamma dan Sangha di masa lalu, sekarang dan yang akan datang pula. Namun, perlu ditegaskan di sini bahwa perlindungan yang dimaksudkan di sini lebih cenderung pada usaha menjadikan Sammasambuddha sebagai pedoman hidup, Dhamma sebagai jalan hidup dan Sangha sebagai wujud perilaku baik berdasarkan Ajaran Sang Sammasambuddha.

3. Sehubungan dengan pengertian istilah Sangha, telah diuraikan pada jawaban nomor 2 di atas bahwa dalam Dhamma dikenal adanya DUA macam Sangha.

Pertama, Ariya Sangha yaitu para murid Sammasambuddha yang telah mencapai kesucian mulai tingkat Sotapanna, Sakadagami, Anagami maupun Arahatta. Kedua, Sammutti Sangha atau Sangha sebagai lembaga persaudaraan para bhikkhu yang terdiri dari minimal empat atau lebih bhikkhu yang belum tentu mencapai kesucian. Dengan demikian, tidak dijelaskan posisi para Bodhisatta yang diartikan sebagai orang yang bertekad untuk menjadi Sammasambuddha pada kehidupan selanjutnya. Mungkin, apabila mereka terlahir sebagai manusia, belum mencapai kesucian dan hidup sebagai

bhikkhu maka mereka dapat dimasukkan sebagai Sammutti Sangha.  
Semoga keterangan ini dapat memberikan tambahan wawasan tentang pengertian  
Tisarana dan Visudhi Upasaka Upasika.  
Semoga selalu berbahagia untuk menjadikan Buddha, Dhamma serta Sangha sebagai  
pedoman hidup.  
Salam metta,  
B. Uttamo

---

45. Dari: **Sumy**, Jakarta

Namo Buddhaya,

Bhante, saya baru mulai belajar meditasi sendiri beberapa hari ini (sekitar 20 menit tiap kali).

Mengapa setelah duduk sekitar 10 menit, tiba2 jantung berdegup kencang, napas mulai tidak teratur dan timbul rasa cemas ?

Apakah ini normal ? Biasanya jika demikian, akan sangat sulit untuk konsentrasi lagi sehingga biasanya saya berhenti sampai tahap itu.

Apakah boleh belajar meditasi sendiri tanpa bimbingan Bhikkhu ?

Terima kasih atas jawaban Bhante.

Jawaban:

Membiasakan diri berlatih meditasi setiap hari adalah hal yang sangat baik. Pada umumnya, meditasi dapat dilakukan minimal 15 menit sampai dengan 30 menit atau bahkan 60 menit setiap kali duduk. Pada saat bermeditasi, perhatian hendaknya dipusatkan pada obyek meditasi yang telah ditentukan sebelumnya, misalnya, memperhatikan proses masuk dan keluarnya pernafasan yang berlangsung secara alamiah.

Timbulnya degup keras pada jantung dan nafas yang tidak teratur itu dapat disebabkan karena secara sadar ataupun tidak, pikiran pelaku meditasi membayangkan berbagai pengalaman yang mungkin akan dirasakannya selama bermeditasi. Rasa penasaran inilah yang sering membuat batin tidak stabil dan jantung berdebar. Pengalaman ini memang sering terjadi pada pelaku meditasi yang cukup besar rasa ingin tahunya. Untuk mengatasi hal ini, pikiran hendaknya tetap dipusatkan pada obyek yang sudah dipilih dengan mengabaikan berbagai perasaan tersebut.

Selain itu, untuk mengatasi hal ini, pelaku meditasi dapat mempergunakan cara pengembangan kesadaran dengan hanya menyadari, mengetahui dan mencatat dalam batin bahwa jantungnya sedang berdegup kencang. Pengembangan kesadaran dengan perasaan netral yang terbebas dari rasa suka maupun tidak suka ini akan menjadikan batin tenang sehingga detak jantung normal kembali.

Adapun masalah bimbingan meditasi, pada tingkat awal, pelaku meditasi dapat berlatih meditasi tanpa bimbingan siapapun juga sejauh ia sudah mengerti posisi tubuh saat bermeditasi dan teknik dasar mengendalikan pikiran dengan obyek yang dipilihnya. Namun sejalan dengan meningkatkan latihan meditasi, biasanya akan dibarengi dengan berbagai pengalaman meditasi yang perlu segera dikonsultasikan kepada mereka yang dapat memberikan pengarahan dengan baik. Adanya pengarahan dari bhikkhu maupun mereka yang berpengalaman dalam meditasi ini akan menjadikan pelaksanaan meditasi



semakin maju.

Semoga saran singkat ini dapat bermanfaat untuk meningkatkan kualitas konsentrasi dalam bermeditasi.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

46. Dari: **Franky W**, Jakarta

Namo Buddhaya Bhante,

Bhante, saya ingin menanyakan beberapa hal, mohon penjelasannya :

1. Apakah setiap peraturan kebhikkhuan (vinaya) pasti memiliki tujuan yang akan membawa seseorang mencapai kemajuan ?

Contohnya, setahu saya seorang bhikkhu (dalam tradisi Theravada) tidak diperbolehkan menyanyi. Menurut saya, hal ini bertujuan utk lebih memusatkan konsentrasi seseorang karena dgn ikut menyanyi seseorang tidak bisa berkonsentrasi sepenuhnya pada lagu yang sedang didengar.

2. Bagaimana sikap kita sebagai umat awam (yang belum / kurang mengenal peraturan kebhikkhuan) jika berinteraksi (pada saat berdana, berbicara dll) dengan seorang bhikkhu karena kemungkinan besar dapat menyebabkan salah interpretasi dari kedua pihak ?

3. Apakah perlu seorang guru pembimbing "formal" dalam latihan meditasi ? Artinya, apakah meditasi bisa dilatih melalui metode lain seperti dari buku, internet dll. tanpa diperlukan kehadiran seorang guru secara fisik ?

Menurut saya seorang guru meditasi yang ideal adalah seorang bhikkhu, bagaimana menurut Bhante?

4. Menurut saya, di Indonesia sangat kurang guru pembimbing meditasi padahal banyak orang ingin berlatih. Bagaimana menurut Bhante ?

5. Jika dilihat dari website Buddhis di luar negeri, banyak ditampilkan pelatihan meditasi secara online, apakah kita bisa meniru mereka ?

Terima kasih atas jawabannya.

Jawaban:

1. Vinaya atau peraturan kebhikkhuan terdiri dari 227 peraturan. Setiap butir peraturan disusun berdasarkan berbagai kejadian nyata sejak jaman Sang Buddha. Tidak jarang peraturan ini ditentukan oleh Sang Buddha atas usulan umat ketika melihat tindakan bhikkhu yang kurang pantas. Hal ini menjadi bukti bahwa sejak jaman dahulu, hubungan para bhikkhu dan umat sudah cukup dekat dan saling membantu. Para bhikkhu memberikan tuntunan moral dan contoh nyata pelaksanaan Ajaran Sang Buddha; para umat selain mendukung kebutuhan dan kehidupan para bhikkhu, mereka juga mempunyai kesempatan untuk memberikan usulan maupun saran perbaikan agar Sangha sebagai lembaga pelaksana Dhamma ini dapat lestari, menimbulkan keyakinan umat akan keluhuran Buddha Dhamma dan layak dihormati.

Secara umum, vinaya atau peraturan kebhikkhuan ini dirumuskan untuk membantu para bhikkhu dalam usaha mengurangi ketamakan, kebencian serta kegelapan batinnya.

Menyanyi sebenarnya adalah tindakan netral, bukan perbuatan baik maupun buruk. Pada saat seseorang menyanyi, ia bisa saja menjadikan kegiatan menyanyi tersebut sebagai

obyek konsentrasi. Sebaliknya, pada saat ia mendengarkan nyanyian, ia tentu harus memusatkan perhatian pada pendengaran. Dengan demikian, mendengarkan dan menyanyikan lagu adalah dua kegiatan yang berbeda dan masing-masing dapat dijadikan obyek konsentrasi.

Para bhikkhu tidak diperkenankan menyanyi karena menyanyi dianggap sebagai tindakan yang tidak pantas dilakukan oleh bhikkhu sebagai pertapa. Namun, masalah ini masih sering menimbulkan perbedaan pendapat. Ada kelompok yang menyatakan bahwa para bhikkhu sama sekali tidak boleh menyanyi lagu apapun juga. Sedangkan kelompok lain menyatakan bahwa para bhikkhu masih bisa menyanyi dan bahkan menciptakan lagu sejauh hal itu berhubungan dengan Dhamma Ajaran Sang Buddha. Kelompok kedua ini menganggap bahwa lagu Buddhis adalah sarana pengajaran Dhamma juga. Kelompok kedua ini juga berpendapat bahwa para bhikkhu sebenarnya telah 'menyanyi' sewaktu mereka membaca 'aradhana devata' maupun beberapa paritta lain yang diiramakan. Perbedaan pendapat tentang 'bhikkhu menyanyi' ini mungkin tidak akan pernah mencapai titik temu karena masing-masing pihak mempunyai dasar pemikirannya sendiri. Oleh karena itu, bhikkhu akan menyanyi atau tidak, khususnya lagu Buddhis, kesemuanya itu dikembalikan pada kebijaksanaan bhikkhu itu sendiri.

2. Masyarakat Buddhis memang terdiri dari para bhikkhu dan umat. Hubungan keduanya sangat erat dan tidak dapat dipisahkan. Oleh karena itu, dalam berhubungan, umat memang perlu mengetahui sebagian atau keseluruhan peraturan kebhikkhuan agar umat dapat lebih pasti dalam mengambil sikap serta menghindari salah pengertian yang mungkin timbul pada kedua belah pihak.

Adapun peraturan kebhikkhuan yang terdiri dari 227 peraturan itu dapat dilihat pada Samaggi Phala, Tipitaka, Vinaya Pitaka :

[http://www.samaggi-phala.or.id/tipitaka\\_dtl.php?cont\\_id=775](http://www.samaggi-phala.or.id/tipitaka_dtl.php?cont_id=775)

3. Meditasi sebagai sarana melatih ketrampilan berpikir agar dapat selalu memusatkan perhatian pada obyek konsentrasi adalah merupakan salah satu pokok Ajaran Sang Buddha disamping mengurangi kejahatan dan menambah kebajikan. Dalam berlatih meditasi, pelaku meditasi sebaiknya mempunyai pedoman awal untuk menentukan posisi meditasi yang paling ideal dan obyek meditasi yang dipergunakan. Pedoman awal ini dapat diperoleh dari berbagai sumber informasi seperti buku, kaset ceramah, naskah di internet, diskusi Dhamma serta berbagai sumber lainnya. Kehadiran guru meditasi secara fisik sebenarnya tidak terlalu diperlukan sejauh latihan meditasi masih di tingkat awal. Namun, seiring dengan kemajuan meditasi, sebaiknya pelaku meditasi berusaha mencari bimbingan atau orang yang dapat diajak konsultasi untuk membantu memberikan cara agar dapat meningkatkan kualitas meditasinya.

Para bhikkhu dapat saja dijadikan pembimbing dalam berlatih meditasi begitu pula dengan umat perumah tangga yang telah berpengalaman dalam bermeditasi.

4. Perkembangan Agama Buddha di Indonesia memang sangat pesat akhir-akhir ini. Banyak umat Buddha ingin meningkatkan kualitas pelaksanaan Dhammanya. Salah satu pelaksanaan Dhamma yang mulai digemari adalah berlatih meditasi. Saat ini, meditasi bahkan bukan hanya berkembang di kalangan umat Buddha saja, melainkan juga dalam masyarakat luas. Berbagai latihan meditasi di vihara tertentu juga telah banyak diikuti

oleh kalangan bukan Buddhis. Sayangnya, minat berlatih meditasi yang sedemikian besar dari umat Buddha maupun anggota masyarakat lainnya tersebut masih belum diimbangi dengan jumlah pembimbing meditasi dan juga tempat latihan meditasi yang memenuhi persyaratan. Mungkin dalam beberapa tahun kedepan akan semakin banyak tempat berlatih meditasi dan juga pembimbing meditasi yang baik dan berpengalaman. Semoga hal ini dapat segera menjadi kenyataan.

5. Seperti yang telah disampaikan pada jawaban nomor 3 di atas, bahwa seseorang dapat saja memperoleh pedoman awal berlatih meditasi dari berbagai sumber, termasuk internet. Melalui website yang berisi tuntunan meditasi, ia juga dapat berkonsultasi serta menyampaikan pengalaman meditasinya untuk memperoleh tuntunan latihan meditasi yang selanjutnya.

Bimbingan meditasi melalui internet ini jelas dapat dilakukan oleh para pembimbing meditasi dari Indonesia. Mereka dapat membangun website maupun milis meditasi untuk para pelaksana meditasi bertanya dan berdiskusi sehingga dapat meningkatkan kualitas batin mereka melalui meditasi. Masalahnya, saat ini telah berapa banyak website Indonesia yang berisikan bimbingan meditasi ?

Semoga diwaktu dekat ini semakin banyak tuntunan meditasi berbahasa Indonesia yang dapat diketemukan di internet.

Semoga demikianlah adanya.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

47. Dari: **Paulin**, Padang

Kalo dipengaruhi makhluk halus, Bhante bilang harus dibaca Karaniyametta Sutta agar makhluk halus tidak mengganggu lagi.

Bagaimana kalo makhluk halus itu sesuatu atau seseorang yang bukan Agama Buddha dan tidak mengerti arti dari paritta yang kita bacakan itu ? Tentu dia akan tetap mempengaruhi orang yang yang dirasukinya itu ?

Mohon penjelasan Bhante.

Terima kasih.

Jawaban:

Pada umumnya, tujuan mahluk halus mempengaruhi kesadaran seseorang adalah karena ia membutuhkan perhatian, kasih sayang serta bantuan dari manusia. Ia menginginkan manusia membantu menyelesaikan kesulitannya. Ia mungkin akan berpesan sesuatu kepada keluarganya yang tercinta, atau mungkin ada hal lainnya yang hendak ia sampaikan.

Menghadapi masalah pengaruh mahluk halus atau sering disebut sebagai 'kesurupan' ini, umat Buddha biasanya bertanya terlebih dahulu tentang tujuan mahluk halus tersebut mempengaruhi manusia. Apabila mereka bisa ditolong dengan melaksanakan pesannya, maka ada kemungkinan mahluk itu sudah tidak mempengaruhi orang itu lagi.

Kalau mahluk halus itu tidak dapat diajak komunikasi, maka umat kemudian membacakan Karaniyametta Sutta. Sutta yang berisikan pemancaran pikiran cinta kasih

ini adalah merupakan Sabda Sang Buddha sendiri kepada para bhikkhu. Pada waktu itu, para bhikkhu sedang menghadapi masalah dengan mahluk halus. Setelah mengulang mengucapkan Karaniyametta Sutta, para bhikkhu akhirnya dapat menyelesaikan permasalahan tersebut dengan memberikan kebahagiaan kepada semua fihak.

Manfaat pembacaan Karaniyametta Sutta ini sebenarnya bukan hanya terhadap para mahluk halus yang mengerti bahasa Pali atau mahluk yang beragama Buddha saja.

Pikiran penuh cinta kasih dari orang yang membaca sutta inilah yang dapat berpengaruh kepada para mahluk halus. Mereka dapat merasakan pancaran cinta kasih ini sehingga mereka merasa berbahagia di alam kehidupan yang sekarang. Kebahagiaan para mahluk ini adalah merupakan kebajikan melalui pikiran. Apabila jumlah kebajikan melalui pikiran ini telah mencukupi, mereka kemudian akan mati dari alam kehidupan yang sekarang dan terlahir kembali di alam yang lebih berbahagia.

Jadi, pada dasarnya pembacaan Karaniyametta Sutta adalah untuk mengkondisikan pikiran si pembaca sutta menjadi penuh cinta kasih. Pikiran cinta kasih inilah yang memberikan manfaat kepada para mahluk halus, sekalipun mereka bukan beragama Buddha. Hal ini sama dengan orang yang dapat sembuh dari sakit setelah berobat ke dokter tanpa harus menghubungkan kesembuhannya dengan agama, bahasa dan segala macam bentuk kebudayaan si pasien maupun dokternya.

Semoga dengan penjelasan ini dapat memberikan tambahan pengetahuan bahwa sesungguhnya pemancaran pikiran cinta kasih itu adalah hal yang sangat penting dibandingkan sekedar mengerti bahasa yang dipergunakan untuk menyampaikan pikiran cinta kasih tersebut.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

48. Dari: **Santiko**, Semarang

Namo Buddhaya, Bhante

Saya ada pertanyaan. Jika kita ingin melepaskan mahluk hidup / fang-sen tetapi dengan cara memesan terlebih dahulu kepada penjualnya dimana setelah kita memesan si penjual akan menangkap / menyediakan makhluk hidup sesuai dengan yang kita pesan dimana pada akhirnya akan kita lepas kembali.

Apakah cara yang kita lakukan itu merupakan cara yang baik atau malah menimbulkan karma buruk ?

Jawaban:

Hukum Kamma, intinya, menyebutkan bahwa sesuai dengan benih yang ditabur, demikian pula buah yang akan dipetik. Pelaku kebajikan akan mendapatkan kebahagiaan. Memahami hal tersebut, umat Buddha kemudian memperbanyak melakukan kebajikan dengan badan, ucapan dan pikirannya. Diharapkan, dengan mengembangkan berbagai bentuk kebajikan tersebut, ia akan memperoleh kebahagiaan dalam kehidupan ini maupun kehidupan yang selanjutnya.

Salah satu perbuatan baik yang mudah dilakukan adalah melepaskan mahluk hidup, misalnya: ikan lele. Tujuan pelepasan ini adalah membebaskan mahluk hidup yang SUDAH tertangkap dan mungkin akan dibunuh untuk dimasak. Dengan demikian,

memesan makhluk kepada penjual agar dapat dilepaskan kembali adalah merupakan tindakan yang kurang bijaksana. Tindakan yang mengurangi buah kamma baik ini hendaknya dapat dihindari.

Jadi, bebaskanlah makhluk hidup yang sudah ada dan dijual di pasar. Kamma baik akan diperoleh mereka yang menolong makhluk hidup yang memang menderita dan bukan dibuat menderita akibat pesanan untuk menangkapnya terlebih dahulu.

Semoga keterangan ini dapat menghindarkan para umat maupun simpatisan Buddhis yang memesan terlebih dahulu makhluk hidup sebelum melepaskannya ke habitat yang sesuai.

Semoga selalu berbahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

49. Dari: **Anty**, Jakarta

Namo Buddhaya,

Bhante, saya ingin tanya apa dalam membaca paritta kita harus selalu bersikap anjali ? Saya kalau sedang tidak melakukan apa-apa, misalnya lagi duduk / berbaring, saya sering melafal paritta di dalam hati, apa itu boleh ?

Terima kasih Bhante.

Jawaban:

Sering melafalkan dalam batin paritta tertentu ketika sedang tidak sibuk dapat digolongkan sebagai kamma baik. Adapun posisi tangan dan badan sewaktu melafalkan paritta itu sangat ditentukan oleh TUJUAN pembacaan paritta tersebut. Apabila tujuannya untuk menghormati dan memuja seperti yang dilakukan dalam puja bakti, maka telapak tangan sebaiknya dirangkapkan di depan dada, atau sering disebut sebagai sikap 'anjali'.

Apabila tujuan pelafalan paritta itu untuk melatih konsentrasi pikiran agar tidak memikirkan hal-hal lain yang buruk, maka posisi tangan tidak harus ber-anjali, posisi badan juga boleh duduk atau berbaring.

Semoga jawaban ini dapat dijadikan bahan pemikiran untuk menentukan sikap badan sesuai dengan tujuan pelafalan paritta yang sering dilakukan.

Semoga bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo

---

50. Dari: **Januarto**, Pangkalpinang

Namo Buddhaya Bhante,

Saya mau tanya kenapa di dalam Agama Buddha ada semacam tingkatan kerohanian seperti Tisarana, Upasaka / Upasika, Pandita dsb.

Apakah itu merupakan suatu pembagian (kasta) dalam Agama Buddha ?

Kalau iya, bukankah dalam Agama Buddha tidak mengenal pembagian kasta?

Mohon penjelasan Bhante.

Jawaban:

Sebenarnya hanya ada dua kelompok umat Buddha. Kelompok pertama adalah umat Buddha yang tinggal di vihara, misalnya bhikkhu. Kelompok kedua adalah umat Buddha yang tinggal dalam masyarakat umum sebagai perumah tangga yang disebut dengan upasaka (pria) dan upasika (wanita)

Para upasaka serta upasika adalah mereka yang menjadikan Tisarana yaitu Buddha, Dhamma serta Sangha sebagai pedoman hidup. Oleh karena itu, upasaka dan upasika ini sering juga disebut sebagai umat Tisarana. Kedua istilah ini menunjuk pada orang yang sama.

Adapun timbulnya istilah "Pandita" yang hanya ada di Indonesia ini karena perkembangan jumlah umat Buddha tidak seimbang dengan penambahan jumlah bhikkhu. Untuk tetap dapat dilakukan pembinaan umat Buddha di berbagai tempat, maka beberapa upasaka atau upasika yang dianggap mampu membantu melestarikan Dhamma diangkat sebagai 'pandita'. Upasaka atau upasika pandita inilah yang kemudian mendapatkan tugas untuk memimpin puja bakti, memberikan ceramah Dhamma, menikahkan pasangan pengantin, dsb. Upasaka upasika pandita ini tidak ada di negara Buddhis yang sudah sebanding jumlah bhikkhu dan umat Buddha.

Dengan demikian, sesungguhnya dalam masyarakat Buddhis tidak ada tingkatan kerohanian seperti yang disebutkan dalam pertanyaan. Semua umat Buddha tetap hanya disebut sebagai upasaka dan upasika saja.

Semoga penjelasan ini dapat membantu menghilangkan pemikiran adanya pembagian 'kasta' dalam masyarakat Buddhis.

Semoga selalu bahagia.

Salam metta,

B. Uttamo